بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة اليرموك
كلية الشريعة
قسم الدراسات الإسلامية

الخوف من منظور تربوي إسلامي

إعداد الطالبة

آمنة خليل الشويات

إشراف

الدكتور علاء الدين رحال – رئيساً

الأستاذة الدكتورة شادية التل – مشرفاً مشاركاً

حقل التخصص – التربية في الإسلام

١٤٢٧هـ-٢٠٠٦م

الخوف من منظور تربوي إسلامي

إعداد الطالبة

آمنة خليل الشويات

بكالوريوس فقه وأصوله،جامعة اليرموك،الأردن(1996)

قدمت هذه الرسالة استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في تخصص التربية الإسلامية في جامعة اليرموك-اربد-الأردن.

وافق عليها

د.علاء الدين حسين رحال.......................................مشرفا رئيسا

أستاذ مساعد في الفقه وأصوله

أ.د شادية أحمد التل.. مشرفا مشاركا

أستاذ في علم النفس التربوي

د.عبد الرزاق موسى أبو البصل.......................................عضوا

أستاذ مشارك في الكتاب والسنة

د.أحمد ضياء الدين الحسين الحسن......................................عضوا

محاضر متفرغ في التربية الإسلامية

1427هـ

2007

الإهـــــداء

إلى من احتملت من أجلي الكثير، وساندتني في رحلة العلم...

أمي الغالية

إلى من غرس في قلبي بذور الإيمان...

والدي الكريم

إلى من لم يألوا جهدا في تأديبي وتعليمي...

أساتذتي الأفاضل

إلى رفقاء دربي...

أشقائـــــي

إلى من أدرك لهم روعة الحياة...

أبنائي (سلسبيل ***حمزة)

إلى كلّ روح التقيتها في مشوار العمر فأمدتني بطاقة على المضي في طريق النجاح...

إلى كلّ هؤلاء أهدي ثمرة هذا الجهد المتواضع مع المحبة والتقدير

الباحثة

شكـــر وتقديـــر

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين سيدنا محمد ﷺ وعلى آله وأصحابه أجمعين . .

بعد أن منّ الله تعالى علي بإتمام هذه الدراسة، لا يسعني إلا أن أتقدّم بالشكر الجزيل إلى من لا أمّل من الاغتراف من علمهم الواسع، أساتذتي الأجلاء، وأخص بالذكر الأستاذة الدكتورة شادية التل، المشرف التربوي على هذه الرسالة، والتي أشارت عليّ بموضوعها، وأعطتني من وقتها وجهدها لمتابعة مراحل هذه الدراسة . . وأمدّتني بتوجيهاتها السديدة .

والأستاذ الدكتور علاء الدين رحال المشرف الشرعي على هذه الدراسة، والذي أعطاني من جهده الكثير، فكان لملاحظاته القيمة أكبر الأثر في خروج هذه الرسالة إلى النور .

كما أتقدم بالشكر وخالص التقدير إلى كل من الدكتور عبد الرزاق أبو البصل والدكتور احمد ضياء الدين لتفضلهما بقبول مناقشة هذه الرسالة .

والله ولي التوفيق

الباحثة/ آمنة شويات

فهرست المحتويات

الملخص

الشويات، آمنة خليل، الخوف من منظور تربوي إسلامي، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، ٢٠٠٦، المشرف الشرعي، د. علاء الدين رحال، والمشرف التربوي: أ.د. شادية أحمد التل.

هدفت هذه الدراسة إلى بيان طبيعة انفعال الخوف في التربية الإسلامية، وذلك من خلال بيان مفهوم الخوف في الفكر الإسلامي وأعراضه، وأنواعه ودرجاته، وأهميته، كذلك توضيح آثاره في الأحكام الفقهية، وأهم العوامل المؤثرة فيه، وكذلك بيان منهج كلّ من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة في تربية انفعال الخوف، إضافة إلى توضيح دور الأسرة والمدرسة في تربية هذا الانفعال.

وقد قسمت الباحثة الدراسة إلى أربعة فصول:

تناول الفصل الأول: الخوف: مفهومه، وأعراضه، وأنواعه، ودرجاته.

تناول الفصل الثاني: الخوف: أهميته، وآثاره في الأحكام الفقهية، والعوامل المؤثرة فيه.

تناول الفصل الثالث: منهج الإسلام في تربية انفعال الخوف، بتوضيح منهج كلّ من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة.

تناول الفصل الرابع: دور وسائط التربية في تربية انفعال الخوف، وبيان مهمة كلّ من الأسرة والمدرسة.

وقد تلخصت أهم النتائج التي توصلت إليها الباحثة في هذه الدراسة بما يلي:

- يعرف الخوف بأنه حالة انفعالية غريزية في الإنسان تثيرها مواقف معينة، يسلك فيها الفرد سلوكاً يقيه الخطر، ويرافقها تغيرات فسيولوجية وسلوكية.

- للخوف أعراض وعلامات تظهر على جسد الخائف، في حركة عينيه ولون بشرته، وارتعاش أطرافه، وكذلك الأعراض الداخلية المتمثلة باضطراب نبضات القلب وتغير النفس، وضغط الدم، إضافة إلى تغيرات في السلوك قد تتمثل بالهرب أو الإقدام.
- للخوف درجات تتراوح ما بين حالات الطبيعية العادية وحالات الخوف المرضية.
- يرتبط الخوف بعوامل عديدة، أهمها: العوامل الفطرية والوراثية والعوامل البيئية، إضافة العوامل السياسية.
- للخوف أهمية كبرى في حياة الإنسان بشكل عام، والمؤمن بشكل خاص، تجلت في دفعه لاجتناب مواضع الخطر للحفاظ على الحياة الإنسانية، إضافة إلى الأهمية الكبرى الذي يؤديها الخوف من الله تعالى وعذابه وعقابه حيث يدفعه إلى الأعمال الصالحة، وقد ظهرت آثار الخوف في كثير من الأحكام الفقهية.
- يرتكز الإسلام في منهجه لتربية انفعال الخوف على مبدأ هام تمثل في غرس العقيدة الصحيحة، والقيم الإسلامية العليا في نفس المسلم، إضافة إلى مبدأ بث الثقة والطمأنينة في النفوس.
- تضطلع الأسرة بدور كبير في تربية انفعال الخوف عند النشء من خلال غرس قيم الإيمان، وإشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية، إضافة إلى مراعاة الأسس النفسية في تطبيق أسلوبي الثواب والعقاب.
- للمدرسة دور كبير في تربية انفعال الخوف وضبطه عند الطلبة من خلال توفير معلمين يتسمون بالاتزان الانفعالي قادرين على القيام بالعملية التربوية التعليمية على أكمل وجه، وكذلك توفير منهاج يراعي انفعال الخوف عند الطلبة، إضافةً إلى الإدارة الناجحة في توفير المناخ الآمن للتعليم.

الكلمات المفتاحية: الخوف، انفعال، التربية الإسلامية

المقدمة

الحمد لله رب العالمين، إليه نلجأ وبه نستعين، والصلاة والسلام على خير الخلق أجمعين، سيدنا محمد، وعلى آله وصحبه الطيبين، وبعد.

يعدُّ الجانب الوجداني من الجوانب الهامة في الشخصية الإنسانية، وهو ذو أثر كبير في حياة الأفراد والجماعات، ونظراً لما للوجدان – عاطفة وانفعالاً – من أثر كبير في الفكر والسلوك، فقد أكّد الإسلام في مفاهيمه الأخلاقية ومناهجه التربوية على أهمية الانفعالات، وأثرها في بناء الشخصية المتزنة السوية.

ومن الانفعالات ذات الأثر الكبير في شخصية المسلم، والتي أولاها الإسلام في كتابه العظيم وسنة رسوله الكريم – صلوات الله عليه وسلامه -- عناية كبيرة انفعال الخوف، وهو انفعال طبيعي يشعر به الإنسان في جميع مراحل حياته، وهو من الانفعالات الهامة في حياة الإنسان، فهو الذي يهيؤه للاستعداد لمواجهة مواقف الخطر والابتعاد عن مواضع الضرر.

وبالرغم من الأهمية الكبرى التي يؤديها الخوف إلا أن هذا الانفعال قد يصبح خطراً على الإنسان إذا زاد عن حالته الطبيعية، حيث يؤدي إلى اضطراب في شخصيته، ومن ثمّ انتشار الكثير من الأمراض النفسية لذا احتاج هذا الانفعال إلى تربية وتوجيه قائم على أسس نفسية صحيحة.

والأمور التي يخافها الإنسان كثيرة ومتنوعة، كالخوف من الفقر، والخوف من الموت، والخوف من الظواهر الطبيعية، والخوف من الله تعالى، والخوف من الناس، والخوف من المستقبل. وكما تتنوع الأمور المخيفة فإن الناس يتفاوتون في درجة استجاباتهم لهذه الأمور تبعاً لتفاوتهم في المستوى الثقافي والاجتماعي ونضجهم الانفعالي، وكذلك اختلافهم العقدي.

ولحماية النشء من الاستسلام للمخاوف، والوقوع في أسر القلق، والتوتر، فلا بدَّ من تظافر الجهود في كافة وسائط التربية، لتحقيق التربية المنشودة على أسس نفسية إسلامية سليمة، ومن خلال الوعي بالأساليب التربوية، التي تسهم في تنشئة جيل متزن انفعالياً، إضافة إلى الإدراك الكامل لحجم الضغوطات والعوامل التي قد تحول بينها وبين تحقيق رسالتها التربوية.

وبناءً على ذلك، فقد جاءت هذه الدراسة لتوضيح حقيقة الخوف في التربية الإسلامية، وأهميته، والعوامل المؤثرة فيه، وبيان منهج الإسلام في تربية انفعال الخوف، لتضع مبادئ وتطبيقات عملية يمكن الإفادة منها في تربية هذا الانفعال من خلال وسيطين مهمين من وسائط التربية ممثلين؛ بالأسرة والمدرسة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

إن الاضطرابات الانفعالية التي يعاني منها كثير من أبناء هذا الجيل، والتي من أهمها اضطراب انفعال الخوف لديهم- وما أدت إليه من انتشار كثير من الأمراض النفسية- قد تعود في معظمها إلى سيادة أنماط غير سوية في تربية هذا الانفعال عند النشء في كثير من وسائط التربية، بينما نجد في منهج القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة ما يعين على الأخذ بأيدي المربين لتربية قويمة أساسها العلم والمعرفة لتربية جيل يتسم بالاتزان الانفعالي على أسس إسلامية، وفيه أيضاً ما يُعدُّ علاجاً يفيد منه المرشدون النفسيون في علاج اضطرابات انفعال الخوف على أسس نفسية إسلامية، وهذا ما دعا الباحثة لدراسة هذا الانفعال.

لذا تتلخص مشكلة الدراسة في الإجابة عن الأسئلة الآتية:

س١: ما مفهوم الخوف؟ وما أعراضه؟ وما أنواعه ودرجاته؟

س٢: ما أهمية الخوف؟ وما آثاره في الأحكام الفقهية؟ وما العوامل المؤثرة فيه؟

س٣: ما منهج الإسلام في تربية انفعال الخوف عند المسلم؟

ويتفرع عن هذا السؤال السؤالين الفرعيين الآتيين:

- ما منهج القرآن الكريم في تربية الخوف؟
- ما منهج السنة النبوية الشريفة في تربية الخوف؟

س٤: ما دور وسائط التربية في تربية انفعال الخوف عند النشء؟

ويتفرع عن هذا السؤال السؤالين الفرعيين الآتيين:

- ما دور الأسرة في تربية الخوف عند النشء؟
- ما دور المدرسة في تربية الخوف عند النشء؟

أهداف الدراسة

تسعى هذه الدراسة إلى توضيح المنهج الإسلامي في تربية انفعال الخوف عند المسلم، وفي ضوء ذلك فإن الباحثة تأمل تحقيق الأهداف الآتية:

- استقراء انفعال الخوف من القرآن الكريم والسنة النبوية؛ لبيان مفهومه، وأنواعه، وبيان الأعراض الجسدية والنفسية والسلوكية المصاحبة له، وأهميته، والعوامل المؤثرة فيه.
- بيان آثار الخوف في الأحكام الفقهية.
- استجلاء أهم المبادئ التربوية المتضمنة في منهج القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة في تربية انفعال الخوف عند المسلم.

- بيان ما يقع على عاتق المؤسسات التربوية من دور ومسؤولية كبيرة في تنشئة جيل يتمتع بصحة نفسية سليمة.

أهمية الدراسة

تستمد هذه الدراسة أهميتها من أهمية الجانب الانفعالي في تكوين الشخصية الإنسانية، لذا جاءت هذه الدراسة للبحث في انفعال من الانفعالات الهامة في صياغة شخصية المسلم، وهو انفعال الخوف.

ونظراً لظروف الحياة التي يعيشها المرء، وما تفرضه عليه من ضغوط نفسية، قد ينشأ عنها اضطرابات انفعالية كانفعال الخوف، تأتي هذه الدراسة لبيان أهمية التوجيهات الإسلامية لحماية المسلم من هذه الاضطرابات التي قد تنشأ.

كما أنها من خلال تناولها لدور وسائط التربية في تربية انفعال الخوف، تضع بين أيدي المربين، تطبيقات عملية يمكن الإفادة منها في تربية انفعال الخوف عند النشء، وتدريبه على ضبطها، ذلك أن عملية ضبط الانفعالات ضرورة تحتمها طبيعة الحياة السوية؛ لتجعل استجاباتنا لكثير من مثيرات الانفعال، مؤشراً على رقي الأمة العقلي، والخلقي، والديني، والوجداني، وبالتالي الحضاري. وهذه الوسائط ممثلة بـــ: الأسرة والمدرسة.

كما تظهر أهمية هذه الدراسة إذا تم تفعيلها في مجالات الإرشاد النفسي؛ للإفادة من المنهج الإسلامي في علاج اضطراب الخوف عند من يعانون منه.

محددات الدراسة

ترى الباحثة هذه المحددات أساسية في الدراسة:

١. تقتصر الدراسة على نماذج من نصوص القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة ذات العلاقة بالموضوع.

٢. تقتصر الدراسة على بيان دور الأسرة والمدرسة من بين وسائط التربية.

منهج الدراسة

جاء منهج الدراسة على النحو الآتي:

أولاً: اعتمدت الباحثة في دراستها هذه المنهج الوصفي، وخاصة في الفصل الأول المخصص لدراسة مفهوم انفعال الخوف، وأعراضه، وأهميته، والعوامل المؤثرة فيه.

ثانياً: المنهج الاستقرائي، حيث قامت الباحثة باستقراء نصوص القرآن الكريم، والسنة النبوية الشريفة ذات العلاقة بالموضوع، وفهمها فهماً صحيحاً، والتأكد من معرفة دلالاتها، وذلك بالرجوع إلى كتب التفسير وشروح الحديث الشريف، وخاصة الفصل الثالث المخصص لدراسة منهج الإسلام في تربية انفعال الخوف، وكذلك الرجوع إلى كتب الفكر الإسلامي لاستقراء بعض النصوص ذات العلاقة، وتوظيفها في فصول الدراسة.

ثالثاً: المنهج الاستنباطي، وخاصة في المبحث الثاني المتعلق بأعراض الخوف، وعلاماته. حيث قامت الباحثة بتحليل بعض النصوص، واستنباط دلالاتها ومضامينها التربوية.

الدراسات السابقة

في حدود اطلاع الباحثة فإنها لم تجد رسالة جامعية عالجت موضوع انفعال الخوف من بين الانفعالات النفسية بصورة شاملة للموضوع، إلا أنها وجدت بعض الدراسات ذات العلاقة بموضوع دراستها، وقد ارتأت تقسيمها إلى قسمين:

القسم الأول: الدراسات التي تناولت موضوع الانفعالات، ومن بينها انفعال الخوف.

ويندرج تحت القسم الأول الدراسات الآتية:

دراسة قام بها بيبرس (١٩٨٨) المخاوف الشائعة لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة[1]، حيث هدفت الدراسة إلى مسح مخاوف أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في الأردن، والتعرف على أكثر مواضيع الخوف شيوعاً بين أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، كما هدفت إلى تحديد تأثير عدد من المتغيرات على نوع المخاوف لدى هؤلاء الأطفال.

وقد تكوّنت عينة الدراسة من (١٢٢) طفلاً و(١٢٣) طفلة من أطفال مرحلة ما قبل المدرسة في مدينة اربد، تراوحت أعمارهم بين (٢-٦) سنوات، وكانت أداة البحث عبارة عن قائمة اشتملت على (٨٢) نوعاً من أنواع المخاوف المختلفة التي قد يعاني منها الأطفال.

وقد بيّنت نتائج الدراسة أن مجالات الخوف من الأمور الغيبية (كالخوف من عذاب جهنم، والقبر، والله) أكثرها شيوعاً، ثم الخوف من الحيوانات، كالخوف من (الأفعى، والذئب)، والخوف من الظواهر الطبيعية، كالخوف من (البراكين، والنار).

---

[1] بيبرس، هيثم سالم، **المخاوف الشائعة لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، كلية التربية، اربد، الأردن، ١٩٨٨م.

كما أظهرت النتائج تشابهاً كبيراً في مخاوف الجنسين مع اختلاف الأهمية النسبية المعطاة لكل خوف منها، إلا أن هناك بعض المخاوف التي أظهرتها الإناث ولم يظهرها الذكور، مثل: الخوف من السير وحيداً في الليل، والبقاء وحيداً. كما أظهر الذكور مخاوف لم تظهرها الإناث، مثل: الخوف من رؤية المشوهين، وحوادث السيارات. كما بينت النتائج أن الإناث أكثر وأشد خوفاً من الذكور.

دراسة قام بها ملابار (١٩٩٥) بعض ملامح السمات الوجدانية النفسية في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة[1]. وقد هدفت هذه الدراسة إلى بيان ملامح بعض السمات الوجدانية التي ورد ذكرها في القرآن الكريم، والسنة النبوية الشريفة، وكذلك في الدراسات النفسية الحديثة، وتوصل الباحث إلى نتائج كان منها:

أوضح القرآن الكريم، والسنة النبوية أن السمات الوجدانية تدور حول إيمان العبد بربه وشعوره بالطمأنينة، وإن وجهة النظر الإسلامية لفهم السمات الوجدانية، وفهم سلوك الإنسان تنطلق من قاعدة كلية وليست جزئية، ومرتكزها الأساس مبادئ القرآن الكريم والسنة النبوية. وقد بيّن الباحث أن الخوف من الحالات الانفعالية التي وردت في القرآن الكريم، حيث أشار إلى نوعين من الخوف، هما: الخوف من الأمور الدنيوية المتعلقة بالطبيعة وغيرها، والخوف من ربّ الكون. كما أشار إلى المظاهر العامة لهذا الانفعال، كما وردت في القرآن الكريم.

---

[1] ملابار، عبد المنان، بعض ملامح السمات الوجدانية النفسية في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة، **مجلة جامعة أم القرى للبحوث العلمية**، مكة المكرمة، المملكة العربية السعودية، العدد١١، السنة١٩٩٥ ، ص ٥٤-٨٩.

دراسة قام بها الزعبلاوي (١٩٩٦)، تربية المراهق بين الإسلام وعلم النفس[1].
حيث جاءت هذه الدراسة في ثلاثة أبواب رئيسة مع التمهيد، وقد تناول الباحث في الباب الأول تربية أهم مكونات شخصية المراهق، ليأتي الفصل الثاني من هذا الباب في تربية الانفعالات، وقد تناول الفصل الثالث دراسة لبعض الانفعالات في القرآن الكريم والسنة، وعلماء النفس، وتناول موضوع استجابات الخوف في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية.

وقد بيّن الباحث أن المخاوف قسمان، هما: مخاوف حقيقية، وهي التي تسبب للإنسان الألم إذا ما تجاهلها كالنار والأسلحة الحادة، ومخاوف غير حقيقية، وهي التي نشأت في الماضي عن أسباب حقيقية تركت أثراً في الفرد كخوف الكبار من الفئران والظلام، وقد لخص أهم مخاوف المراهقة بالنسبة لموضوعها، وأشار إلى دور التربية الإسلامية في تربية هذه المخاوف والأنواع التي خلص إليها الباحث، هي: مخاوف مدرسية، ومخاوف صحية، ومخاوف اقتصادية، ومخاوف خُلقية، وقد اختتم حديثه أن الاستجابات للخوف تختلف باختلاف العقيدة، فالمؤمن إذ يخاف الله سبحانه وتعالى يفرُّ إليه، ويعمل بما يرضي ربه، ويتجنب ما يغضبه، أما الكافر إذ يخاف الله يفرُّ منه.

دراسة الأحمد (١٩٩٦)، تربية الانفعالات النفسية – رؤية قرآنية[2]. هدفت هذه الدراسة إلى مناقشة تربية الانفعالات الإنسانية في ضوء المبادئ المستنبطة من القرآن الكريم، وقد استخدمت الباحثة المنهج التحليلي الاستنباطي، وقد ضمّت الدراسة ستة فصول، إضافة إلى الفصل التمهيدي.

---

[1] الزعبلاوي، سيد محمد السيد، **تربية المراهق بين علم النفس والإسلام**، رسالة دكتوراه، منشورة، كلية المعلمين، الرياض، مؤسسة الكتب الثقافية، ١٩٩٦م.

[2] الأحمد، آمنة حمدان .(١٩٩٦). **تربية الانفعالات النفسية رؤية قرآنية**، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة القرآن الكريم للعلوم الإسلامية، كلية الدراسات العليا والبحث العلمي، السودان.

وقد بينت الباحثة في الفصل الثالث أن الخوف من الانفعالات الهامة، التي وردت في القرآن الكريم، كما بينت معاني الخوف في القرآن الكريم وما يقترب منه من مفاهيم، مثل: الوجل، والخشية، والرهبة، والهيبة، والإشفاق. كما بيّنت مجالات انفعال الإنسان بعامة، والتي منها الخوف ومجالاته، كذلك مجالات خوف المؤمن ومجالات خوف غير المؤمن، ليأتي الفصل الرابع في العبادات وأثرها في تربية الانفعالات. وقد اختارت الباحثة خمساً من العبادات، هي الصلاة، والصوم، والزكاة، والحج، والذكر والدعاء، حيث أكدت أهمية الصلاة، وأثرها في الانفعال في مجال العلاج النفسي والصحة النفسية. وانتهى الفصل ببيان أثر الدعاء والذكر في طمأنينة القلب وأمن النفس. وفي الفصل الخامس تناولت الباحثة نماذج من الانفعالات في مرحلة الطفولة ودور الأسرة في تربيتها، والتي منها انفعال الخوف، وكذلك في مرحلة المراهقة. لتؤكد في الفصل السادس دور المدرسة في تربية الانفعالات، وذكرت منها انفعال الخوف من خلال المعلم والمنهاج.

دراسة توفيق (١٩٩٨)، التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية[1]. جاءت دراسته في ثلاثة أبواب، وقد تحدث الباحث في الباب الثاني من الفصل الرابع عن المخاوف المرضية، وقد تناول فيه تعريف المخاوف المرضية، وأسبابها، وأعراضها، وعلاجها الطبي والنفسي، والعلاج الروحي، حيث بيّن خطوات العلاج النفسي للخوف، كما تحدث أيضاً عن كيفية علاج الخوف من الموت بعقيدة الأجل في الإسلام، وأن الموت ليس نهاية المطاف، بل هو انتقال من دار الدنيا إلى الدار الآخرة، وذكر بعض الأدعية للتحصين من الخوف.

---

[1] توفيق، محمد عز الدين، **التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية**، رسالة دكتوراه منشورة، كلية الآداب، الرباط، الجامعة المغربية، دار السلام، القاهرة، ١٩٩٨.

وتتميز دراسة الباحثة عن الدراسات السابقة في أنها تناولت انفعال الخوف بصورة أشمل، حيث أنها ستؤكد على دور وسائط التربية ممثلة بالأسرة والمدرسة في تربية انفعال الخوف عند الناشئة على أسس نفسية إسلامية، وهذا ما لم تتطرق إليه الدراسات السابقة، وبالرغم من أن دراسة آمنة حمدان الأحمد قد تناولت دور الأسرة والمدرسة في تربية انفعال الخوف عند الطفل والمراهق، إلا أنها افتقدت إلى بيان منهج القرآن الكريم في تربية انفعال الخوف خاصة، حيث توصلت الباحثة إلى مبادئ مستقاة من القرآن الكريم في تربية الانفعالات عامة، كما أنها اقتصرت على القرآن الكريم فقط، ولم تتناول السنة النبوية التي هي تطبيق عملي لمنهج القرآن الكريم في تربية هذه الانفعالات.

القسم الثاني: المؤلفات في علم النفس الإسلامي التي تناولت موضوع الانفعالات ومن بينها الخوف. يندرج تحت هذا القسم المؤلفات الآتية:

كتاب نجاتي (١٩٨٢)، القرآن وعلم النفس[1]. حيث جاء الكتاب في عشرة فصول، وقد تحدث في الفصل الثاني منها عن الانفعالات في القرآن، وتصدرها انفعال الخوف، حيث تحدّث الباحث عن فائدة الخوف، وأنه ليس مقصوراً على وقاية الإنسان من الأخطار في الدنيا، وإنما من أهم فوائده أنّه يدفع المؤمن إلى اتقاء عذاب الله تعالى في الآخرة، وتحدث عن مظاهر الخوف العامة، وأنواعه، وهي: الخوف من الموت، والخوف من الفقر، ودور القرآن في تربية هذا الانفعال، ليؤكد الفصل العاشر على أن المؤمن بالله تعالى إيماناً صادقاً لا يخاف من شيء في هذه الحياة، فهو يعلم أنه لا يصيبه شيء إلا بمشيئة الله تعالى، كما أنّه لا يخاف الناس ومصائب الدهر.

---

[1] نجاتي، محمد عثمان، **القرآن وعلم النفس**، دار الشروق، القاهرة، ١٩٨٢.

كتاب عدنان الشريف (١٩٨٧) من علم النفس القرآني[1]. يضمّ الكتاب عشرة فصول إضافة إلى المدخل والخاتمة. وقد جاء الفصل الثاني من فصول هذا الكتاب بعنوان (القلق والخوف الطبيعي والمرضي)، حيث تحدّث عن ظاهرة الخوف والقلق النفسي، وبدأ بالتفريق بين الخوف وبين القلق المرضي، والقلق والخوف الطبيعي، وقد بيّن المُؤلِفْ أن القرآن الكريم وصف مختلف درجات القلق والخوف الطبيعي، وما يصاحبها من أعراض عضوية في الجسم، ما لم تزد عليه كتب علم النفس اليوم شيئاً إلا في التفاصيل، وهذه الدرجات تصاعدياً، هي:

الضيق النفسي، فالخوف، فالجزع، فالهلع، فالرعب، فالفزع، فالذهول، وأكّد الباحث أن الخوف الطبيعي أمام كلّ شيء مجهول أو مخيف يهدد الإنسان في ذاته ووجوده، ليس مقصوراً على العامة من الناس بل اعترى بعض الأنبياء عليهم سلام الله أجمعين. واستدلّ الباحث بأدلة من القرآن الكريم، ثم تحدّث الباحث عن الآليات والمسببات البيولوجية للخوف، والتصرف السلوكي عند المخلوقات الحية، كما عرّف الباحث القلق والخوف المرضي، وبين أسبابه، ثم أكد في نهاية الفصل على أنه لا شفاء من الهلع والجزع والخوف والأنانية واضطرابات السلوك بصورة جذرية إذا لم يلتزم كلّ مريض عصابي بشيئين: وصفة طبيّة دنيوية موقوتة المفعول من أهل الاختصاص في الأمراض النفسية، ووصفة روحية إيمانية من خالقه، هي الالتزام بتعاليم المولى وهي وصفة جذرية الشفاء مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ فَمَن تَبِعَ هُدَاىَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾[2].

---

[1] الشريف، عدنان، **من علم النفس القرآني**، دار العلم للملايين، بيروت، ١٩٨٧.

[2] سورة البقرة: آية ٣٨.

كتاب محمد عثمان نجاتي (١٩٨٩)، الحديث النبوي وعلم النفس[1]. وقد جاء الكتاب في عشرة فصول، تناول المؤلف في الفصل الثاني الانفعالات في الحديث النبوي، وكان منها انفعال الخوف، حيث تحدّث عن أهم أنواع الخوف عند الإنسان المسلم، وهو الخوف من الله تعالى، وأن المسلم لا بدّ أن يكون في حالة توازن بين الخوف وبين الرجاء من الله تعالى، لأن اضطراب هذين الجانبين يؤدي إلى اختلال في سلوك المسلم وشخصيته، ثم تناول المؤلف في الفصل العاشر العلاج النفسي في الحديث الشريف، وذكر منها الإيمان والصلاة، كما ذكر علاج الكرب، والهم، والحزن، والأرق، والفزع من النوم، بالدعاء لما له من أهمية في تخليص المسلم من آثار الخوف والفزع من كثير من الأمور.

وأخيراً كتاب الزهراني (١٩٩٩)، التوجيه والإرشاد النفسي من القرآن الكريم والسنة النبوية[2]. وقد جاء الكتاب في ثلاثة عشر فصلاً مع المقدمة والخاتمة، وقد خصص الفصل الثالث منها للحديث عن الانفعالات في القرآن والسنة. وقد تصدرها انفعال الخوف حيث ذكر أنواع الخوف، وبيّن أهمية الخوف من الله تعالى للإنسان المسلم، وبيّن مظاهر الخوف الجسمية، كما وردت في القرآن الكريم مستدلاً بشواهد من الآيات الكريمة، وذكر أنواعاً من الخوف، هي: الخوف من الله تعالى، ومن عذابه، وبيّن أهمية هذا النوع من الخوف وفائدته مستشهداً بآيات كريمة من القرآن الكريم.

كما بيّن المؤلف بأن المؤمن الصادق يؤدي به إيمانه إلى التخلص من الخوف من الموت؛ لأنه يعلم يقيناً أن الموت سينقله إلى الحياة الآخرة الخالدة.

---

(1) نجاتي، محمد عثمان، **الحديث النبوي وعلم النفس**، دار الشروق، القاهرة، ١٩٨٩.

(2) الزهراني، مسفر، **التوجيه والإرشاد النفسي من القران الكريم والسنة النبوية**، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض، ١٤٢١هـ/١٩٩٩م.

ومن خلال اطلاع الباحثة على هذه المؤلفات وجدت أنها تناولت انفعال الخوف بصورة موجزة بعيداً عن التفصيل في الموضوع، لذا تتميز الدراسة الحالية على هذه الدراسات بأنها ستكون مفصلة لجوانب الموضوع، وملمة بها.

خطة الدراسة

أما خطة الدراسة فقد جاءت في مقدمة وأربعة فصول، تضمن كلّ فصل عدداً من المباحث والمطالب، وخاتمة وتوصيات على النحو الآتي:

المقدمة

الفصل الأول: الخوف: مفهومه، وأعراضه، وأنواعه، ودرجاته.

المبحث الأول: الخوف، مفهومه، وأعراضه.

المبحث الثاني: الخوف: أنواعه، ودرجاته.

الفصل الثاني: الخوف: أهميته، وآثاره، والعوامل المؤثرة فيه.

المبحث الأول: الخوف: أهميته، وآثاره في الأحكام الفقهية.

المبحث الثاني: العوامل المؤثرة في الخوف.

الفصل الثالث: منهج الإسلام في تربية انفعال الخوف.

المبحث الأول: منهج القرآن الكريم في تربية انفعال الخوف.

المبحث الثاني: منهج السنة النبوية الشريفة.

الفصل الرابع: دور وسائط التربية في تربية انفعال الخوف.

المبحث الأول: الأسرة.

المبحث الثاني: المدرسة.

الفصل الأول

الخوف: مفهومه وأعراضه وأنواعه

يعدّ الخوف من المفاهيم الشائعة بين الناس، الصغير منهم والكبير، الفقير والغني، حيث يرد هذا المفهوم على ألسنة الكثير منهم، وقد يخلط بينه وبين غيره من المفاهيم.

كما أن للخوف أعراضاً كثيرة قد تشترك مع أعراض انفعالات أخرى، لذا كان لابد من التمييز بينه وبين غيره من المفاهيم، وذلك من خلال استقراء الآيات الكريمة التي وردت فيها كلمة الخوف والمفاهيم القريبة منها ثم الرجوع إلى معاجم اللغة العربية لاستقصاء ذلك.

كما يتناول هذا الفصل أعراض الخوف، وهي العلامات التي تظهر على جسد الخائف، وسلوكه وبيان أنواع الخوف، ودرجاته، لذا فقد ضمّ هذا الفصل المبحثين التاليين:

- المبحث الأول: الخوف: مفهومه، وأعراضه.
- المبحث الثاني: الخوف:أنواعه، وعلاماته، ودرجاته.

المبحث الأول

الخوف: مفهومه وأمراضه

المطلب الأول: مفهوم الخوف

الفرع الأول: تعريف الخوف لغة

كلمة الخوف في اللغة من خافَهُ ويخافُهُ، ونقول خوْفاً وخِيْفَةً ومَخَافَةً، وخاف: يلزم ويتعدى إلى واحد وإلى اثنين بنفسه، وبوسط (على) نحو: ﴿ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ ﴾[1] ويتضمن معنى الظن في حقيقته ومجازه، وهو غم يلحق بتوقع مكروه، وكذا الهم. وفي أنوار التنزيل: الخوف علة المتوقع والحزن علة الواقع[2]. والخوف: القتل: ومنه قوله تعالى: ﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ ﴾[3] ويأتي الخوف بمعنى التوقع والعلم ومنه قوله تعالى: ﴿ فَمَنْ خَافَ مِن مُّوصٍ جَنَفًا ﴾[4] والخيفة: من الخوف. وفي تخصيصه بالملائكة في قوله ﴿ وَيُسَبِّحُ

---

(1) سورة القصص: آية ٧.

(2) الكفوي، أيوب بن موسى الحسيني، الكليات "معجم في المصطلحات والفروق اللغوية"، دمشق، وزارة الثقافة والإرشاد القومي، ١٩٨٢، ج٢، ص ٣٠١.

(3) سورة البقرة: آية ١٥٥.

(4) سورة البقرة: آية ١٨٢.

﴿ ٱلرَّعۡدُ بِحَمۡدِهِۦ وَٱلۡمَلَٰٓئِكَةُ مِنۡ خِيفَتِهِۦ ﴾[١] تنبيه على أن الخوف منهم حالة لازمة لا تفارقهم[٢].

وبالرجوع إلى معاجم اللغة العربية، فقد وجد أنّ الخوف يدور حول معنى الفزع، القتال، التوقع[٣].

ومن خلال استقراء الآيات الكريمة والأحاديث الشريفة المتعلقة بالخوف، فقد وجدت الباحثة أنها كانت تتضمن هذه المعاني وهذا توضيحها.

أولا: الخوف بمعنى الفزع

من خلال استقراء الآيات التي وردت فهيا كلمة الخوف، وذلك بالرجوع إلى المعجم المفهرس لألفاظ القران الكريم، فقد وجد أن كلمة الخوف بمشتقاتها خافت، خفت، خيفة، خوفا، مخافة. قد وردت أربع وعشرون ومائة مرة، خمس وتسعون منها كانت في الخوف من الله تعالى[٤] ويدخل في ذلك الخوف من عقابه وعذابه والخوف من يوم القيامة، وهي تعني الفزع، غير أن الفزع من الله تعالى يختلف عن الفزع ممن سواه، ويؤكد هذه الحقيقة الإمام ابن القيم بقوله: "كل أحد إذا خفته هربت منه إلا الله ﷻ، فإنك إذا خفته هربت إليه، فالخائف هارب من ربه إلى ربه"[٥].

---

(١) سورة الرعد: آية ١٣.

(٢) انظر: الكفوي، الكليات، مرجع سابق، ص ٣٠٢-٣٠٣.

(٣) انظر: ابن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم، **لسان العرب**، بيروت، دار صادر، د.ت، مجلد٩، ص٩٩-١٠١.

(٤) انظر: عبد الباقي، فؤاد، **المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم**، بيروت، مؤسسة مناهل العرفان، د.ت، ص٢٤٦-٢٤٨.

(٥) ابن قيم الجوزية، أبي عبد الله بن محمد بن أبي بكر، **مدارج السالكين**، بيروت، دار الكتب العلمية،٢٠٠٤، ج١، ص ٣١٩.

فإذا أطلق لفظ الخوف فإن المعنى المراد هو الفزع، وعلى هذا المعنى أغلب آيات القرآن الكريم، والتي منها على سبيل المثال: قول الله تعالى واصفاً الحالة الانفعالية لسيدنا موسى عليه السلام حين قتل رجلاً من قوم فرعون: ﴿ فَأَصْبَحَ فِي ٱلْمَدِينَةِ خَآئِفًا يَتَرَقَّبُ ﴾[١].

والآية التالية توضح حالة الفزع التي أصابته، وهي قوله تعالى: ﴿فَخَرَجَ مِنْهَا خَآئِفًا يَتَرَقَّبُ قَالَ رَبِّ نَجِّنِى مِنَ ٱلْقَوْمِ ٱلظَّٰلِمِينَ﴾[٢] إذ حمله خوفه بعد أن أخبره رجل مؤمن بأن القوم يتشاورون ليقتلوه إلى الفرار والخروج من المدينة.

وقد استعمل لفظ الفزع نفسه في القران الكريم في مواطن عدّة، والتي منها على سبيل المثال قوله تبارك وتعال: ﴿ وَيَوْمَ يُنفَخُ فِي ٱلصُّورِ فَفَزِعَ مَن فِي ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَن فِي ٱلْأَرْضِ إِلَّا مَن شَآءَ ٱللَّهُ ﴾[٣].

ومن الأحاديث الشريفة التي وردت فيها كلمة الخوف بمعنى الفزع ما روي عن النبي ﷺ: أنه قال: "**الرؤيا الصالحة من الله والحلم من الشيطان، فإذا حلم أحدكم حلماً يخافه فليبصق عن يساره ويتعوذ بالله من شرها فإنها لا تضره**"[٤] فالمقصود هنا في قوله حلماً يخافه أي يفزعه، فيستيقظ من نومه مفزوعاً من شدة الخوف، فجاءت كلمة "يخافه" بمعنى الفزع.

---

[١] سورة القصص: آية ١٨.

[٢] سورة القصص: آية ٢١.

[٣] سورة النمل: آية ٨٧.

[٤] أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب بدء الخلق، باب صفة إبليس وجنوده، باب رقم ١١، حديث رقم ٣٢٩٢.

ثانيا: الخوف بمعنى القتال

قد ترد كلمة الخوف في القرآن الكريم بمعنى القتال، وبذلك فسّر قول الله تبارك وتعال: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ ٱلْخَوْفِ وَٱلْجُوعِ ٱلصَّٰبِرِينَ﴾[1]. ولنبلونكم أي نمتحنكم بشيء من الخوف؛ أي من الأعداء في الحروب"[2]. وقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَإِذَا جَآءَهُمْ أَمْرٌ مِّنَ ٱلْأَمْنِ أَوِ ٱلْخَوْفِ أَذَاعُواْ بِهِۦ﴾ [3]، وهؤلاء هم جماعة من ضعاف الإيمان، كانوا إذا سمعوا بشيء فيه خير للمسلمين وأمن نحو ظفر المسلمين وقتل عدوهم، أو فيه خوف نحو هزيمة المسلمين وقتلهم أفشوه، وهم يظنون أنه لا شيء عليهم في ذلك[4] ففسرت كلمة " الخوف" بالقتل، وليس بالفزع. وفي قوله تعالى: ﴿ فَإِذَا ذَهَبَ ٱلْخَوْفُ سَلَقُوكُم بِأَلْسِنَةٍ حِدَادٍ ﴾[5]، وذهاب الخوف مجاز مشهور في الانقضاء؛ أي زوال أسبابه بان يترك القتال أو يتبين أن لا يقع قتال[6].

---

[1] سورة البقرة: آية ١٥٥.

[2] الثعالبي، عبد الرحمن بن مخلوف، **الجواهر الحسان في تفسير القرآن**، تحقيق: محمد الفاضلي، بيروت، المكتبة العصرية، ج١، ص١٢٢.

[3] سورة النساء: آية٨٣.

[4] انظر: الشوكاني، محمد بن علي، **فتح القدير الجامع بين فني الرواية والدراية من علم التفسير**، تحقيق عبد الرزاق المهدي، بيروت، دار الكتاب العربي،١٩٩٩ ، ج١، ص ٦٣٠.

[5] سورة الأحزاب: آية ١٩.

[6] ابن عاشور، محمد الطاهر، **تفسير التحرير والتنوير**، تونس، الدار التونسية، ١٩٨٤، مجلد ٢١، ص٢٩٧.

ثالثا: الخوف بمعنى التوقع

وإن كانت كلمة الخوف تعني غالباً الفزع، إلا أنها قد ترد ولا يراد بها الفزع، وإنّما يراد بها التوقع، وبه فسّر قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَإِنِ ٱمْرَأَةٌ خَافَتْ مِنۢ بَعْلِهَا نُشُوزًا أَوْ إِعْرَاضًا ﴾[1] حيث فسّرت كلمة "خافت" بـ "توقعت منه ذلك لما لاح لها من مخايله وأمارته، فإن استعمال الخوف بمعنى التوقع شائع في كلام العرب"[2] فهذه الآية تبين لنا أن التوقع من معاني الخوف التي ترد في القرآن الكريم، فلا يمكن أن نقول أن حالة النشوز التي قد تظهر من الزوج تؤدي إلى فزع الزوجة فكلمة "خافت" التي وردت في الآية لا يستقيم معها معنى الفزع، وإنما يفهم منها التوقع أو الظن مسبقاً بأدلة وعلامات تظهر من الزوج، وقد ورد هذا المعنى في موضع آخر من القرآن الكريم في قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَٱلَّٰتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَٱهْجُرُوهُنَّ فِي ٱلْمَضَاجِعِ ﴾[3].

ومن الأحاديث الشريفة التي وردت فيها كلمة الخوف بمعنى التوقع: ما روي أن رجلاً قال: يا رسول الله كيف صلاة الليل؟ قال: **مثنى مثنى، فإذا خفت الصبح فأوتر بواحدة**"[4].

---

(1) سورة النساء: آية ١٢٨.

(2) انظر: القونوي، إسماعيل بن محمد الحنفي، **حاشية القونوي على تفسير الإمام البيضاوي**، بيروت، دار الكتب العلمية، ٢٠٠١، ج٨، ص٣١٨.

(3) سورة النساء: آية ٣٤.

(4) أخرجه البخاري في صحيحه، **كتاب التهجد، باب كيف كانت صلاة النبي ﷺ**، وكم كان النبي ﷺ صلي من الليل، باب رقم١٠، حديث رقم١٠١٣٧، ص١٥٤.

وهذا الحديث يعضد قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَإِنِ ٱمْرَأَةٌ خَافَتْ مِنۢ بَعْلِهَا نُشُوزًا ﴾، فكلمة "خف" الواردة في هذا الحديث معناها التوقع وغلبة الظن.

من خلال العرض السابق لمفهوم الخوف في القرآن الكريم، وفي السنة النبوية الشريفة، فقد تبيّن لنا أنّه يدور حول ثلاثة معاني، هي: الفزع، وتوقع حدوث مكروه في المستقبل، أو نتيجة قتال.

الفرع الثاني: التعريف الاصطلاحي للخوف

لمصطلح الخوف تعريفات كثيرة، وقد ارتأت الباحثة تقسيمها إلى قسمين، هما:

القسم الأول: تعريف الخوف في الفكر الإسلامي

من خلال تتبع الباحثة تعريف الخوف عند علمائنا المسلمين فقد وجدت أن جلّ اهتمامهم كان يدور حول الخوف من الله تعالى، ذلك أن علماءنا من السلف الصالح- رضوان الله عليهم- كان اهتمامهم الأكثر في الأدب والرقائق والتهذيب، فكانوا يرون أن الخوف من الله تعالى هو أقرب الطرق لتهذيب النفوس وتربيتها وحسن قيادتها.

فعرّفه الجرجاني بأنه "توقع حلول مكروه أو فوات محبوب"[1] بينما عرّفه الغزالي بأنه " تألم القلب واحتراقه بسبب توقع مكروه في الاستقبال"[2]، ومن خلال تأملنا لهذا التعريف يمكن أن نقول بأنه يعرّف الخوف بمعنى القلق، لأنه توقع لمكروه في المستقبل، ويدخل في ذلك الخوف من الله تعالى، وعذابه، وعقابه، ويؤيد ذلك استشهاده بقول الواسطي: "الخوف حجاب

(1) الجرجاني، علي بن محمد، **التعريفات**، بيروت، دار الكتب العلمية، ١٩٨٨، ص ١٠١.

(2) الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد، **إحياء علوم الدين**، بيروت، دار المعرفة، د.ت، ج٤، ص١٥٥.

بين الله وبين العبد"[1]. فالإنسان إذا كثرت ذنوبه ومعصيته لله تعالى يتوقع العذاب والعقاب يوم القيامة، فيؤدي به خوفه إلى طاعة الله تعالى.

ويركز ابن القيم في مناقشته للانفعال والخوف في الناحية الدينية فقط، فتكلم عن الخوف من الله تبارك وتعالى الذي يعتبر ركناً هاماً من أركان الإيمان. حيث عرّف الخوف بأنه: "اضطراب القلب وحركته من تذكر المخوف"[2].

فابن القيم في تعريفه يصور الحالة النفسية الداخلية للخائف، ففي قوله: "اضطراب القلب وحركته" وصف لما يحدث لقلب الخائف من خفقان وشدة اضطراب. وفي قوله من تذكّر المخوف لا ينطبق ذلك على مثيرات الخوف كلها. فقد ينطبق ذلك على الخوف من الله تعالى وعقابه، ولعلّ هذا ما قصده ابن القيم، فقد استهلّ قوله عن منزلة الخوف: "وهي من أجلّ منازل الطريق وأنفعها للقلب، وهي فرض على كلّ أحد"[3].

وعُرّف الخوف بأنه "اسم جامع لحقيقة الإيمان، وهو علم الوجود والإيقان، وهو سبب اجتناب كلّ نهي ومفتاح كلّ أمر"[4] والمتأمل لهذا التعريف يرى أنه يعرّف الخوف من الله تعالى وعقابه، كما أنه يركز على أهمية هذا النوع من الخوف ويعده سبب اجتناب المعاصي، وسبباً لفعل الطاعات.

كما أن معظم تعريفات العلماء المسلمين للخوف كانت من جهة أسبابه وأعراضه، فالإمام الغزالي مثلا في تعريفه للخوف: تألم القلب واحتراقه بسبب توقع مكروه في الاستقبال

---

(1) الغزالي، المرجع السابق، ص ١٥٥.

(2) ابن قيّم الجوزية، أبي عبد الله بن محمد بن أبي بكر، **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص ٣١٩.

(3) المرجع السابق، ص ٣١٩.

(4) المكي محمد بن علي، **قوت القلوب في معاملة المحبوب**، بيروت، دار الكتب العلمية،١٩٩٧ ، ج١، ص٣٩٩.

يعرّفه من هذه الجهة، فتألم القلب واحتراقه عَرَضٌ، توقع مكروه في الاستقبال سبب، وكذلك الحال بالنسبة لتعريف الإمام ابن القيم رحمة الله تعالى.

القسم الثاني: تعريف الخوف في علم النفس

ففي موسوعة علم النفس والتحليل النفسي عُرِّف الخوف بأنه "وجدان غريزة الهرب باعتباره انفعالاً أولياً نتيجة لمثير خطر، ويكون نزوعاً للهرب"(١).

ففي هذا التعريف تركيز على أن الخوف انفعال غريزي تثيره مواقف الخطر، حيث ينزع فيها الإنسان إلى سلوك يقيه مصادر الضرر والخطر، وهو الهرب مما هو مخيف حقيقة.

وما يؤخذ على هذا التعريف أنه لا يشمل كلّ مثيرات الخوف وأنواعه، فليس كلّ ما يخافه الإنسان يهرب منه، فهناك أمور يخافها الإنسان، ولا يسلك معها سلوك الهرب كالخوف من الله تعالى. فالهرب لا يكون إلا مع بعض المثيرات المادية كالخوف من الوحوش والأماكن المخيفة والأعداء، وحتى هذه المثيرات قد لا يسلك معها الإنسان سلوك الهرب، فالتعريف لا يدخل فيه كلّ أنواع الخوف ومثيراته. وبهذا فهو ليس تعريفاً جامعاً مانعاً.

وجاء في معجم علم النفس المعاصر أن الخوف "انفعال ينشأ في مواقف تهدد الوجود الحيوي أو الاجتماعي للفرد ويوجه إلى مصدر خطر حقيقي أو وهمي"(٢).

فهذا التعريف يبين أن الخوف انفعال ينشأ نتيجة مواقف تهدد وجود الفرد في حياته وكذلك في مركزه الاجتماعي، فهو يشير بذلك إلى المثيرات المادية للخوف، كالخوف من الحيوانات أو الأعداء، والخوف من الموت. وكذلك يشير إلى المثيرات التي تهدد مكانته

---

(١) طه، فرج عبد القادر، **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**، القاهرة، دار غريب، ط٢، ٢٠٠٣، ص ٣٤٧.

(٢) بتروفسكي، أ.ف وياروشفسكي، م.ج، **معجم علم النفس المعاصر**، ترجمة حمدي عبد الجواد وعبد السلام رضوان، القاهرة، دار العالم الجديد، ١٩٩٦، ص٩٩.

الاجتماعية، كالخوف من فقدان وظيفة أو الخوف من الفقر وغيرها من المثيرات التي تهدد وجوده الاجتماعي كما أنّه بقوله: "ويوجه إلى خطر حقيقي أو وهمي "يشير إلى الخوف الواقعي المبرر بوجود خطر حقيقي يتهدد الفرد، وكذلك يشير إلى الخوف المرضي غير المبرر بوجود خطر يتهدده حقيقة، وإنما هو خوف من خطر وهمي ليس له ما يبرره على أرض الواقع".

ويعرّف الخوف أيضا بأنه: "انفعال المشاركة في الخطر، عندما يوجد تهديد في البيئة، أو قلة في المصادر"[1].

ومن خلال العرض السابق لتعريفات الخوف عند علماء النفس نلاحظ أنهم لم يتعرضوا إلى الخوف من الله تعالى وعذابه وعقابه. وقد استطاعت الباحثة من خلال التعريفات السابقة أن تصيغ تعريفا شاملا للخوف، وهو: حالة انفعالية في الإنسان تثيرها مواقف معينة، يسلك فيها الفرد سلوكا يقيه الخطر، ويرافقها تغيرات فسيولوجية. فعندما نقول أن الخوف حالة انفعالية غريزية، أي أن الخوف هو أحد الانفعالات النفسية التي زوّد الله بها الإنسان، فهو غريزة تشترك بها جميع المخلوقات، ولكنهم يختلفون في درجة استجابتهم لمثيرات الخوف تبعاً لأعمارهم، وخبراتهم وثقافاتهم، وأوساطهم البيئية.

ويعرّف الانفعال بأنه استثارة وجدان الفرد وتهييج مشاعره، وهو أمر متعلق بحاجات الكائن الحي ودوافعه، يصاحبه مظاهر فسيولوجية عضوية كارتفاع ضغط الدم، وزيادة ضربات القلب، وارتفاع نسبة السكر في الدم[2].

---

[1] الريماوي، محمد، **علم النفس العام**، عمان، دار المسيرة،٢٠٠٤ ، ص ٢٣٩.

[2] طه، فرج عبد القادر، **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**، القاهرة، دار غريب، ط٢، ٢٠٠٣، ص ١٣٦.

ويدخل في هذا التعريف الخوف من الله تعالى، فهو أمر غريزي في الإنسان، ولكن درجة هذا الخوف تختلف من شخص لآخر حسب تربيته ونضجه الديني والعقائدي، كما أن الخوف من المثيرات المادية، كالخوف من الحيوانات الخطرة والخوف من الظواهر الطبيعية يختلف من شخص لآخر حسب أعمارهم وأوساطهم البيئية والثقافية، فما يخيف الطفل قد لا يخيف الصبي؛ وما يخيف الصبي قد لا يخيف الكبير، وطفل نشأ في بيئة تكثر فيها الحشرات لا يخاف منها كالطفل الذي نشأ في بيئة تخلو من هذه الحشرات.

والجزء الآخر من التعريف يوضح لنا أن هناك آثاراً للخوف، فالشخص عندما يجد نفسه أمام مثير للخوف فإنه يسلك سلوكاً يقيه هذا الخطر، ولكن هذا السلوك ليس بالضرورة أن يكون الهرب، وهذا ما يميز التعريف عن تعريف موسوعة علم النفس، حين قصرت أثر الخوف بالهرب من مواطن الخطر، فقد يسلك الشخص في بعض مواقف الخطر سلوك الانقباض والتجمد في مكانه، وقد يؤدي به إلى الموت. وقد يسلك سلوك الشجاع الذي يهجم على بعض ما يسبب له الخوف، كالهجوم على أفعى والتخلص منها بقتلها.

فسلوك الخائف ليس دائماً الهروب والإحجام، بل قد يكون سلوك الهجوم والإقدام، والجزء الأخير من التعريف "يرافقها تغيرات فسيولوجية" أي أن الخائف تظهر عليه علامات وأعراض، وهذه الأعراض قد تكون ظاهرة على أعضاء جسده، وقد تكون داخلية حشوية.

والملاحظ أن التعريفات كانت للخوف في حالته الطبيعية أي الخوف العادي، وليس الخوف المرضي أو ما يسمى في علم النفس المعاصر فوبيا (Phobia). وعليه فإن المفهوم الاصطلاحي للخوف يقوم على ثلاثة عناصر:

١. وجود موقف معين يفسّره الشخص تبعاً لخبراته مثيراً للخوف.

٢. استجابة داخلية لهذا الموقف.

٣. تغيرات فسيولوجية، وسلوكية تتبع الاستثارة.

وسأوضح هذه العناصر بالمثال الآتي: دخل شخص غرفته فوجد فيها أفعى فخرج منها هارباً، وقد ارتعدت أعضاؤه وشحب لونه. فالأفعى هي المثير الحقيقي للخوف، واضطراب أعضائه وشحوب لونه هي التغيرات الفسيولوجية، وهروبه هو التغير السلوكي.

الفرع الثالث: الخوف وبعض المفاهيم ذات العلاقة

الخوف كما ذكرنا في بداية المبحث من المفاهيم الواسعة التي قد يخلط بينه وبين غيره من المفاهيم التي وردت في القرآن الكريم وفي علم النفس المعاصر، لذا ستقوم الباحثة بدراسة هذه المفاهيم وبيان صلتها بمفهوم الخوف قرباً وبعداً، وأهم هذه المفاهيم:

- **الخشية**: ورد لفظ "الخشية" في القرآن الكريم بمشتقاته "ثمان وأربعون مرة"[١].

والخشية من خشي ويخشاه بمعنى خافه، وهي خوف مشوب بعظمة ومهابة، وقال قوم: مقترن بتعظيم[٢]. والخشية أخص من الخوف، فالخشية للعلماء بالله تعالى[٣]، قال الله تعالى: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى ٱللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ ٱلْعُلَمَٰٓؤُا۟ ﴾[٤].

فالمحصور فيهم خشية الله هم العلماء، والمراد بالعلماء؛ العلماء بالله وبالشريعة، وعلى حسب مقدار العلم في ذلك تزداد الخشية؛ فأما العلماء بعلوم لا تتعلق بالعلم بالله تعالى، وثوابه، وعقابه، فلا يقربهم من خشية الله تعالى.

---

[١] عبد الباقي، المعجم المفهرس **لألفاظ القرآن الكريم**، مرجع سابق، ص٢٣٣-٢٣٤.

[٢] الزبيدي، محمد مرتضى، **تاج العروس**، بيروت، دار مكتبة الحياة، د.ت، ج١٠، ص١١٣.

[٣] ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص٣١٩.

[٤] سورة فاطر: آية ٢٨.

فالخشية خوف مقترن بالعلم أيضاً، وبمقدار هذه العلم تقلّ، أو تزيد هذه الخشية.

وهذا ما يميز الخشية عن الخوف، فالخوف لعموم الناس ويدخل فيه الخوف من الله والخوف ممن سواه، أمّا الخشية فلا تجب إلا لله تعالى، لأن التعظيم والمهابة لا تليق إلا لجلاله سبحانه. فمثلاً أنا أخاف الأسد ولا أخشاه لأني أخافه دون تعظيم، لذا تكرر في القرآن الكريم قول الله تعالىَ: ﴿ فَلا تَخْشَوُا ٱلنَّاسَ وَٱخْشَوْنِ ﴾ ومن هذه الآيات على سبيل المثال لا الحصر:

- قول الله تعالى: ﴿ فَلَا تَخْشَوُا ٱلنَّاسَ وَٱخْشَوْنِ ﴾[1]. ففي هذه الآية يخاطب الله ﷻ المؤمنين ويطالبهم" أن لا تقف خشيتهم للناس دون المضي في تحكيم شريعة الله تعالى في الحياة. فالله وحده هو الذي يستحق أن يخشوه والخشية لا تكون إلا لله"[2].

ومن هذه الآيات أيضاً قول الله تعالى: ﴿ ٱلْيَوْمَ يَئِسَ ٱلَّذِينَ كَفَرُوا مِن دِينِكُمْ فَلَا تَخْشَوْهُمْ وَٱخْشَوْنِ ﴾[3]. وقوله تعالى: ﴿ وَلَا يَخْشَوْنَ أَحَدًا إِلَّا ٱللَّهَ ﴾[4].

- **الرعب:** الرعب في اللغة يعني أشد الخوف، ورعب السيل الوادي أي ملأه بالماء[5].

---

(1) سورة المائدة: آية ٤٤.

(2) قطب، سيد، **في ظلال القرآن**، القاهرة، دار الشروق، ط١٧، ١٩٩٢، ج٦، ص٨٩٧.

(3) سورة المائدة: آية ٣.

(4) سورة الأحزاب: آية ٣٩.

(5) الزبيدي، **تاج العروس**، مرجع سابق، ص٢١٢.

وقد وردت كلمة الرعب في القرآن الكريم خمس مرات منها على سبيل المثال لا الحصر: ﴿ سَأُلْقِي فِي قُلُوبِ ٱلَّذِينَ كَفَرُواْ ٱلرُّعْبَ فَٱضْرِبُواْ فَوْقَ ٱلْأَعْنَاقِ ﴾[1]. وقد فسر الرعب بالخوف الشديد عندما أنزل الله تعالى جبريل عليه السلام في يوم بدر في خمسمائة ملك على الميمنة وعلى الميسرة في صورة رجال، عليهم ثياب بيض وعمائم بيض، حيث كان وقع المعركة على قريش شديداً وملئت قلوبهم فزعاً وخوفاً شديداً[2].

وفي الحديث الشريف وردت كلمة الرعب في قوله ﷺ: نصرت بالرعب بين يدي مسيرة شهر[3]. وفي شرح هذا الحديث زاد أبو أمامة يقذف في قلوب أعدائي حيث لم يوجد لغيره ﷺ النصر بالرعب في هذه المدة ولا في أكثر منها[4].

فالرعب هو الفزع الشديد كما يفهم من حديث الرسول ﷺ، ومن الأحاديث الأخرى التي وردت فيها كلمة الرعب قول الرسول ﷺ بينما أنا أمشي إذ سمعت صوتاً من السماء، فرفعت بصري، فإذا الملك الذي جاءني بحراء جالس على كرسي بين السماء والأرض، فرعبت منه، فرجعت فقلت: "زملوني"..[5]. فرعبت منه أي فزعت منه، دل على بقية بقيت معه من الفزع الأول ثم زالت بالتدريج.

فالرعب يبقى أثره لفترة أطول حتى بعد زوال المثير له ونستشهد بقول شارح الحديث "دل على بقية بقيت معه من الفزع الأول ويقصد بذلك حالة الفزع التي أصابت الرسول ﷺ أول نزول الوحي وهو جالس في الغار.

---

(1) سورة الأنفال، آية ١٢.

(2) انظر الزحيلي، وهبة، **التفسير المنير**، دار الفكر، دمشق، ١٩٩١، ج٩، ص٢٦٤.

(3) أخرجه الإمام مسلم في **صحيحه**، كتاب المساجد، ٣، حديث رقم ٥٢١، ص٢١١.

(4) العسقلاني، أحمد بن علي بن حجر، **فتح الباري بشرح صحيح البخاري**، دار الفكر. د.ت ج١، ص٤٣٧.

(5) أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب بدء الوحي، باب رقم ٣، حديث رقم٤، ص١٢.

فالرعب يختلف عن الخوف بأنه حالة متقدمة من الخوف، فلا نقول لشخص رأى كلباً بأنه مرعوب وإنما خائف، فالرعب لا يكون إلا من مثير قوي جداً وبالتالي فإن أعراضه تكون أشد من أعراض الخوف الطبيعي.

- **الرهبة**: وهي من رهب يرهب رهباً أي خاف، وترهبه أي توعده[1]، وقد ورد لفظ" الرهبة" في القرآن الكريم بمشتقاته ثماني مرات[2]. ومن هذه الآيات على سبيل المثال: قول الله تعالى: ﴿ وَٱضۡمُمۡ إِلَيۡكَ جَنَاحَكَ مِنَ ٱلرَّهۡبِ ﴾[3]. وقد فسرت كلمة الرهب بالخوف إذا اعتراك يا موسى فاضمم جناحك تجلداً وضبطاً لنفسك إذا عرض لك الخوف المعهود الحاصل من انقلاب العصا حية[4]. وقوله تعالى: ﴿ وَأَوۡفُواْ بِعَهۡدِىٓ أُوفِ بِعَهۡدِكُمۡ وَإِيَّٰىَ فَٱرۡهَبُونِ ﴾[5].

والرهبة في قوله "فارهبون" تعني الخوف معه تحرز فيكون أخص منه واختير الرهبة هنا لأنه مبدأ السلوك وتمام الكلام وهذا تأكيد على أن المؤمن ينبغي أن لا يخاف أحداً إلا الله وهو مستفاد من طريق الحصر في "وإياي فارهبون"[6]. وتفسير قوله تعالى: (ترهبون به عدو الله"أي تخيفون وتفزعون، وتربون في نفوس أعدائكم المهابة، وتلقون في قلوبهم الرهبة)[7].

ومن خلال تفسير هذه الآية تبين لنا أن الرهبة خوفٌ مقترن بمهابة وهذا ما يريده الله تعالى من المؤمنين أن يكونوا دائماً مرهوبي الجانب يهابهم عدوهم قربوا أم بعدوا وذلك بإعدادهم للقوة المادية والمعنوية.

---

(1) الزبيدي، **تاج العروس**، مرجع سابق، ص٢٨٠.

(2) عبد الباقي، **المعجم المفهرس لألفاظ القرآن الكريم**، مرجع سابق، ص٤١٣.

(3) سورة القصص، آية ٣٢.

(4) انظر القونوي، **حاشية القونوي**، مرجع سابق، ص٥١١-٥١٢.

(5) سورة البقرة، آية ٤٠.

(6) القونوي، **حاشية القونوي**، مرجع سابق، ص٢٢٩.

(7) أبو زهرة، محمد، **زهرة التفاسير**، القاهرة، دار الفكر العربي، ج٦، ص٣١٧٥.

فالرهبة هي لفظ يتشابه مع الخوف من حيث المعنى العام وتختلف معه بأنها مقترنة بمهابة، والهيبة لا تكون إلا مع الأمور العظيمة، وإذا غرست الهيبة في نفس أحد من شيء يبقى يرهبه ولو لم يكن حاضراً فيرهبه في غيابه وفي حضوره وليس هذا في أغلب مثيرات الخوف. ويؤكد ذلك سيد قطب في تفسيره للآية الكريمة السابقة "وهؤلاء يقصد الكفار ترهبهم قوة الإسلام ولو لم تمتد بالفعل إليهم"(١). والرهبة هي الإمعان في الهرب من المكروه، وبين الرهب والهرب تناسب في اللفظ والمعنى وهي ضد الرغبة التي هي سفر القلب في طلب المرغوب فيه(٢).

- **القلق**: من المصطلحات التي تتشابه مع الخوف في علم النفس المعاصر مصطلح القلق، ويعني لغة: الانزعاج، والاضطراب، وعدم الاستقرار في مكان واحد(٣).

وتأتي كلمة قلق من"Anxiety"، "وهي تعني الضيق الذي يحصل في القفص الصدري لا إرادياً، نتيجة عدم قدرة البدن على الحصول على مقادير كافية من الأوكسجين"(٤).

ويعرف القلق بأنه "انفعال مركب من الخوف وتوقع الشر والخطر أو العقاب"(٥).

وقد وجدت الدراسات علاقة وثيقة بين القلق والخوف، وأحياناً يُستخدم المفهومان بالتبادل، حيث عُرّف القلق "بأنه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الإنسان ويسبب له كثيراً من الكدر والضيق والألم"(٦). فكلٌّ من القلق والخوف حالة انفعالية تنطوي على ضغط

---

(١) قطب، سيد، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، مجلد٣، ص١٥٤٤.

(٢) انظر ابن قيّم، **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص٣٢٠.

(٣) انظر: الزبيدي، **تاج العروس**، مرجع سابق، ج٧، ص٥٨.

(٤) بو علّو، الأزرق، **الإنسان والقلق**، القاهرة، سينا للنشر، ١٩٩٣، ص٥٥.

(٥) راجح، أحمد عزت، أصول علم النفس، د.ت، د.ن، ص ٥٧٦.

(٦) فرويد، سيجموند، **الكف والعرض والقلق**، ترجمة محمد عثمان نجاتي، بيروت، دار الشروق، ١٩٨٣، ص١٣.

وتوتر داخلي، وكلٌّ منهما يستثار بوجود خطر يهدد الإنسان، ويصاحب ذلك تغيرات فسيولوجية.

وقد ميز فرويد بين ثلاثة أنواع من القلق، هي[1]:

- القلق الموضوعي أو القلق الواقعي – القلق العصابي- القلق الأخلاقي.

والقلق الموضوعي، هو مرادف عند فرويد للخوف. حيث إن المصدر لكليهما يكمن في العالم الخارجي، ولكنه فضّل اصطلاح القلق على الخوف، حيث أدرك فرويد بأن الفرد يمكن أن يخاف أيضا من الأخطار الداخلية، كما يخاف من الأخطار الخارجية، لذلك فرّق بين تلك الأنواع الثلاثة للقلق. ومصدر القلق الأخلاقي عنده هو الضمير في الذات العليا، حيث يخاف الفرد من عقاب الضمير بسبب القيام بعمل أو التفكير في عمل مناقض لمعايير الذات المثالية. ولعلّ هذا النوع من القلق يقابله الخوف من الله تعالى في الفكر الإسلامي، فالمسلم يخاف إذا قام بعمل فيه مخالفة شرعية ومعصية لله تعالى، أو فكّر في عمل مناقض لمعايير الوازع الديني لديه، وبذلك يصبح مصدر الخوف داخليا أيضاً.

وأهم ما يميز الخوف عن القلق هو أن مصدر الخوف معروف دائما للشخص الخائف، ولا يكون الأمر كذلك في حالة القلق حيث أن مصدره ليس معروفاً دائماً، فهو قد يخاف من شيء مجهول لا يدرك كنهه. كما أن الخوف الطبيعي يكون متناسباً من حيث الشدة مع المثير له، أمّا في القلق فيغلب أن تكون شدته أعظم وغير متناسبة مع شدة إشارات الخطر، أو

---

[1] انظر: هول، كالفن – س، **مبادئ علم النفس الفرويدي**، ترجمة دحام الكيال، بغداد، مكتبة النهضة، ط٢، ١٩٧٢م، ص٧٠-٧١.

موضوعه، ويغلب في حالة الخوف أن تكون مؤقتة وتزول بزوال المثير لها بينما تبقى حالة القلق لفترات أطول ويتكرر ظهورها في مواقف مشابهة(1).

من خلال العرض السابق لمفهوم الخوف وعلاقته ببعض المفاهيم نستطيع القول بأن الخوف في اللغة يدور معناه حول الفزع، والقتال، والتوقع، وأن المعنى الشائع له هو الفزع، وهناك مفاهيم قريبة لمفهوم الخوف، ولكنها ليست مرادفة له تماماً، فنستنتج من ذلك أن الخوف في القرآن الكريم قد يأتي بمعنى الفزع والقلق، وهذا معنى عام، وقد يأتي بمعنى الخشية وهذا معنى خاص، فإذا ارتبطت كلمة الخوف بالله تعالى كانت بمعنى الخشية.

أما بالنسبة للعلاقة بينه وبين مفهوم القلق، فهما يتشابهان من حيث كونهما حالة انفعالية تنطوي على ضغط وتوتر داخلي تثيرهما مواقف معينة، ويصاحب ذلك تغيرات فسيولوجية. كما أن مصدر القلق وإن كان ليس معروفا دائما للشخص القلق بصوره دقيقة إلا أن لديه بعض الأفكار حول ما يقلقه، بينما في الخوف فإن المصدر معروف دائماً.

المطلب الثاني: أعراض الخوف

يمكن معرفة الشخص الخائف برصد السلوك الانفعالي الظاهر، الذي يشمل التغيرات في أوضاع الجسم، وحركاته، ونظراته، وتعبيرات وجهه، ولونه، وقياس التغيرات الفسيولوجية الداخلية، كالتغيرات في كيمياء الدم، ونبض القلب وضغط الدم والتنفس، وفيما يلي توضيح لهذه الأعراض.

أولاً: الأعراض الجسمية

هناك أعراض كثيرة قد تظهر على جسد الخائف، ولعل من أبرزها ما يلي:

---

(1) انظر: الرفاعي، نعيم، **الصحة النفسية**، دمشق، جامعة دمشق، ط7، ١٩٨٧، ص٢٠٢-٢٠٥.

أ. أعراض تظهر على عين الخائف، ويمكن توضيح هذه الأعراض بما يلي:

١. الدوران واضطراب الحركة، ومن الآيات التي ذكرت، هذا العرض الذي يظهر على عين الخائف قوله تعالى: ﴿ فَإِذَا جَآءَ ٱلْخَوْفُ رَأَيْتَهُمْ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ تَدُورُ أَعْيُنُهُمْ كَٱلَّذِى يُغْشَىٰ عَلَيْهِ مِنَ ٱلْمَوْتِ ۖ فَإِذَا ذَهَبَ ٱلْخَوْفُ سَلَقُوكُم بِأَلْسِنَةٍ حِدَادٍ ﴾[١] فهذه الآية تصور لنا حال المنافق عند توقع القتال بين الجيشين، فتصوّر هيئة نظرهم نظر الخائف المذعور الذي يحدق بعينيه إلى جهات يحذر أن تأتيه المصائب من إحداها[٢].

والدور والدوران: "حركة جسم رحوية؛ أي كحركة الرحى، منتقل من موضع إلى موضع فينتهي إلى حيث ابتدأ، فمعنى تدور أعينهم أنها تضطرب في أجفانها كحركة الجسم الدائرة من سرعة تنقلها محملقة إلى الجهات المحيطة، وشبه نظرهم بنظر الذي يغشى عليه بسبب النزع عند الموت، فإن عينيه تضطربان"[٣].

فيظهر لنا من تفسير الآية أن الخوف أكثر ما يظهر على العين حيث تكون مضطربة الحركة، كشخص يخاف عدواً يتربص به، فنجد عينيه تضطربان، ينتقل ببصره من جهة إلى أخرى بسرعة كبيرة يحذر أن يأتيه عدوه من إحدى هذه الجهات.

---

(١) سورة الأحزاب: آية ١٩.

(٢) ابن عاشور، محمد الطاهر، **تفسير التحرير والتنوير**، مرجع سابق، مجلد ٢١، ص٢٩٧.

(٣) المرجع السابق، ص٢٩٧.

٢. الذبول والانكسار في النظرة: قال تعالى: ﴿ وَتَرَىٰهُمْ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا خَٰشِعِينَ مِنَ ٱلذُّلِّ يَنظُرُونَ مِن طَرْفٍ خَفِيٍّ ﴾[1]. ومعنى ينظرون من طرف خفي "أي لا يرفعون أبصارهم للنظر رفعاً تاماً؛ لأنهم ناكسوا الرؤوس، وقيل: يسارقون النظر من شدة الخوف: وقيل ينظرون من عين ضعيفة النظر"[2].

وقد يفسّر كثرة اضطراب العين عند الخوف بأن الخائف يهيئ نفسه لسلوك يقيه هذا الخطر، فكأن العين بسرعة تنقلها من مكان لآخر تبحث عن مخرج ومنفذ للخلاص من هذا الخطر كالهرب مثلاً، فالخائف بعد الاستجابة للموقف الخطر يبدأ يتهيأ ويستعد لمواجهة الخطر المحدق به.

٣. الميل عن الموضع، ففي قوله تعالى: ﴿وَإِذْ زَاغَتِ ٱلْأَبْصَٰرُ وَبَلَغَتِ ٱلْقُلُوبُ ٱلْحَنَاجِرَ﴾[3] فمعنى زاغت الأبصار أي مالت عن مواضعها[4].

ب. أعراض تظهر على بشرة الخائف: من الأعراض التي تظهر على الخائف شحوب لون البشرة وتغيرها: قال تعالى: ﴿ ثُمَّ عَبَسَ وَبَسَرَ ﴾[5]. ومعنى بسر "كلح وجهه وتغير لونه خوفاً وكمداً، حين لم يجد ما يشفي غليله من مطعن في القرآن لا ترده العقول"[6]. وقوله

---

(1) سورة الشورى: آية ٤٥.

(2) القرطبي، محمد بن أحمد، **الجامع لأحكام القرآن**، بيروت، دار الكتب العلمية، ١٩٩٣، مجلد٨، ص ١٠.

(3) سورة الأحزاب: آية ١٠.

(4) الثعالبي، **الجواهر الحسان في تفسير القرآن**، مرجع سابق، ص٥٣.

(5) سورة المدثر: آية ٢٢.

(6) ابن عاشور، التحرير والتنوير، مرجع سابق، ج٢٩، ص٣٠٩.

تعالى: ﴿ وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ بَاسِرَةٌ ﴾[1]. "والوجوه الباسرة نوع ثانٍ من وجوه أهل الشقاء، وباسرة كالحة من تيقن العذاب[2]". وإن كانت هذه الآيات تصف وجوه الكفار يوم القيامة بأنها مسودة كالحة من الخوف من العذاب والعقاب، إلا أن علامات الخائف في الدنيا هي علامات الخائف نفسها يوم القيامة، وإن كانت هذه العلامات تبدو أكثر وضوحا في ذلك اليوم ولهول ما يصيب الكفار من هلع وخوف شديدين لتيقنهما من أن العذاب واقع بهم.

قال تعالى: ﴿ وُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ ﴿٣٨﴾ ضَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ ﴿٣٩﴾ وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ ﴿٤٠﴾ تَرْهَقُهَا قَتَرَةٌ ﴿٤١﴾ أُولَٰئِكَ هُمُ الْكَفَرَةُ الْفَجَرَةُ ﴾[3].

فتصور لنا الآيات وجوه أهل الكفر بأنها "مكفهرة من شدة الخوف، ومعفرة بالغبار من أثر الكبوات تغلب عليها، ويعلوها شبه دخان يغشى الوجه من الكرب والغم"[4]. فسبب تغير لون وجوه الكفار يوم القيامة هو الخوف الشديد الذي يتملكهم حين يرون العذاب الواقع بهم. فالخوف يؤدي إلى هروب الدم من الوجه، فقد أثبتت التحاليل الكيميائية" وجود تغيرات في كيمياء الدم في أثناء الخوف الشديد، حيث تزداد نسبة الأدرينالين في الدم كما تزداد كمية السكر"[5].

---

[1] سورة القيامة: آية ٢٤.

[2] المرجع السابق، ج٢٩، ص٣٥٦.

[3] سورة عبس: آية ٣٨-٤٢.

[4] انظر: ابن عاشور، التحرير والتنوير، مرجع سابق.

[5] فراير.هنري.سباركس، علم النفس العام، ترجمة إبراهيم يوسف المنصور، بغداد، مطبعة جامعة بغداد، ط٣، ١٩٨١.

جـ. ارتجاف الأطراف وارتعاشها: من الأعراض التي قد تظهر على الإنسان في حالة الخوف الشديد ارتجاف أعضاء جسمه فقد روي عن أبي مسعود قال: أتى النبي ﷺ رجل فكلّمه فجُعِلَ تُرْعَدُ فرائصه فقال له: "هوّن عليك. فإني لست بملِك. إنما أنا ابن امرأة تأكل القديد"[1]. فمعنى تُرْعَد فرائصه أي تضطرب لحمة بين الجنب والكتف من شدة الفزع. فهذا الحديث يبين لنا ما حدث لهذا الرجل الذي جاء يكلّم الرسول ﷺ، وقد ظهر عليه الخوف من خلال اضطراب أعضاء جسمه وارتجافها.

ثانياً: الأعراض الداخلية الحشوية

وهي التغيرات التي تطرأ على الأعضاء الداخلية لجسد الخائف كالقلب وغيره من الأعضاء الداخلية، ومن هذه الأعراض:

أ. اضطراب حركة القلب

قال الله تعالى واصفاً المؤمنين في غزوة الخندق وحالة الخوف الشديدة التي ابتلوا بها: ﴿إِذْ جَآءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ ٱلْأَبْصَٰرُ وَبَلَغَتِ ٱلْقُلُوبُ ﴾[2].

"وبلغت القلوب الحناجر" أي زالت عن أماكنها من الصدور حتى بلغت الحناجر، وهي الحلاقيم، فلولا أن الحلوق ضاقت لخرجت هذه القلوب منها، قال قتادة: وقيل: هو على معنى المبالغة. ويقال إن الرئة تنفتح عند الخوف فيرتفع القلب حتى يكاد يصل الحنجرة والأظهر أن شدة ضربات القلب وخفقانه هي التي جعلته لشدة اضطرابه يبلغ الحنجرة[3].

---

[1] رواه ابن ماجة في سننه، كتاب الأطعمة، باب القديد، باب رقم٣٠، حديث رقم ٣٣١٢، ص١١٠١. وفي الزوائد هذا إسناد صحيح رجاله ثقات. ومعنى القديد: اللحم المملح المجفف بالشمس.

[2] سورة الأحزاب: آية ١٠.

[3] انظر: القرطبي، **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ص٩٥.

وقد ذكر القرآن الكريم هذا العرض في مواطن أخرى من الآيات منها قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَأَنذِرْهُمْ يَوْمَ ٱلْآزِفَةِ إِذِ ٱلْقُلُوبُ لَدَى ٱلْحَنَاجِرِ كَٰظِمِينَ ۚ مَا لِلظَّٰلِمِينَ مِنْ حَمِيمٍ وَلَا شَفِيعٍ يُطَاعُ ﴾[١]. فمعنى القلوب لدى الحناجر، أن "القلوب يشتد اضطراب حركتها من فرط الجزع مما يشاهده أهلها من بوارق الأهوال، حتى تتجاوز القلوب مواضعها صاعدة إلى الحناجر"[٢]. فهذا حال قلوب الكفار يوم القيامة مكروبة ومتعبة مضطربة من شدة الخوف.

وإن كانت الآية الأخيرة تصف حال الخائفين يوم القيامة بأن قلوبهم لدى الحناجر إلا أن هذا العرض أيضاً يظهر على الخائف في الحياة الدنيا، ويؤكد لنا ذلك قوله تبارك وتعالى: ﴿إِذْ جَاءُوكُم مِّن فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ﴾، إذ كان سبب خوفهم هو تكالب الأعداء عليهم.

ب. تغيُر النفَس

قال تعالى: ﴿ وَأَنذِرْهُمْ يَوْمَ ٱلْآزِفَةِ إِذِ ٱلْقُلُوبُ لَدَى ٱلْحَنَاجِرِ كَٰظِمِينَ ﴾[٣]

فكلمة كاظمين من "كظم إذا احتبس نفسه فلا يستطيع الكلام، ويقال كظم كظماً إذا سدَّ شيئا مجرى ماء أو باباً أو طريقاً"[٤].

---

[١] سورة غافر: آية ١٨.

[٢] ابن عاشور، **التحرير والتنوير**، مرجع سابق، ص ١١٤.

[٣] سورة غافر: آية ١٨.

[٤] انظر: ابن عاشور، **التحرير والتنوير**، مرجع سابق، ج٢٤، ص١١٤.

وفي تفسير الظلال لهذه الآية، "كاظمون لأنفاسهم ولآلامهم ولمخاوفهم"[١] فهذه الآية تصور لنا مدى فزعهم الشديد من العذاب حين يرونه واقع بهم لا محالة، حيث يؤدي بهم الخوف إلى تسارع أنفاسهم، فيحبسونها بالضغط على مجرى النفس، والمعروف أن الخائف في بداية الموقف المخيف يكتم نفسه فلا يستطيع الكلام، حتى إذا تمكن من الهرب بدأت الأنفاس تتردد متسارعة لاهثة.

وقد أجريت بحوث عدة لدراسة التغيرات الفسيولوجية المصاحبة للانفعالات لدى أكبر عدد ممكن من الناس، ومن ذلك ما أجراه دولارد "Dollard" في دراسة انفعال الخوف وآثاره على عشرات الآلاف من الجنود في الحرب العالمية الثانية. والجدول التالي يبين أهم تلك التغيرات العرضية المصاحبة لانفعال الخوف مع بيان نسبها المئوية لتكرار الشعور بها بين الأفراد مرتبة تنازلياً[٢]

- خفقان القلب وسرعة النبض.٦٩٪.
- الشعور بالتوتر العصبي.٤٥٪.
- الإحساس بالهبوط العام.٤٤٪.
- جفاف الفم والحلق.٣٣٪.
- القشعريرة والارتجاف.٢٥٪.
- عرق راحة اليد.٢٢٪.
- تصبب العرق البارد جسمياً.١٨٪.

وهذا يلخص أهم الأعراض الفسيولوجية المصاحبة لانفعال الخوف.

---

[١] قطب، سيد، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٥، ص ٣٠٧٤.

[٢] الهاشمي، عبد الحميد محمد، **أصول علم النفس العام**، جدة، دار الشروق، ط٢، ١٩٨٧، ص١٦٧-١٦٨.

ثالثاً: الأعراض السلوكية

إضافة إلى التغيرات الجسمية والداخلية التي تظهر كأعراض على الخائف هناك أيضاً تغيرات سلوكية تظهر عليه، فالإنسان حين يمر بموقف يثير لديه الخوف، فإنه يترجم انفعاله إلى سلوك عملي، وقد يكون هذا السلوك هو الهرب، والآيات التي توضح لنا هذا العرض كثيرة سنتناول منها، قوله تبارك وتعالى: ﴿ فَإِذَا جَآءَتِ ٱلصَّآخَّةُ ﴿٣٣﴾ يَوْمَ يَفِرُّ ٱلْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ ﴿٣٤﴾ وَأُمِّهِۦ وَأَبِيهِ ﴿٣٥﴾ وَصَٰحِبَتِهِۦ وَبَنِيهِ ﴿٣٦﴾ لِكُلِّ ٱمْرِيٍٕ مِّنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ﴾ [١]. وفي هذه الآية مشهد من مشاهد يوم القيامة مشهد "المرء يفرّ، وينسلخ من ألصق الناس به، أولئك الذين تربطهم به وشائج وروابط لا تنفصم، ولكن هذه الصاخة تمزق هذه الروابط، وتقطع تلك الوشائج، والهول في هذا المشهد هول نفسي بحت، يفزع النفس ويفصلها عن محيطها ويستبد بها استبداداً، فلكل نفس شأنها ولديها الكفاية من الهم الخاص بها الذي لا يدع لها فضلة من وعي أو جهد"[٢].

وإن كانت هذه الآية توضح حال الخائفين يوم القيامة، والخوف يوم القيامة يبلغ مداه ويشتد الهول في هذا الموقف العصيب لدرجة هروب المرء من أقرب الناس له، إلا أن الهروب من مواقف الخطر يكون في الدنيا أيضاً. وقد وردت آيات تبين ذلك منها قول الله تبارك وتعالى: ﴿ أَلَمْ تَرَ إِلَى ٱلَّذِينَ خَرَجُوا۟ مِن دِيَٰرِهِمْ وَهُمْ أُلُوفٌ حَذَرَ ٱلْمَوْتِ

---

(١) سورة عبس: آية ٣٣-٣٧.

(٢) انظر: قطب، سيد، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص ٣٨٣٤.

فَقَالَ لَهُمُ ٱللَّهُ مُوتُوا۟ ثُمَّ أَحْيَـٰهُمْ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى ٱلنَّاسِ وَلَـٰكِنَّ أَكْثَرَ ٱلنَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ ﴾[1].

وقد اختلف المفسرون في المراد من هؤلاء الذين خرجوا من ديارهم، "والأظهر أنهم قوم فروا من عدوهم مع كثرتهم وأخلوا له الديار، فوقعت لهم في طريقهم مصائب أشرفوا بها على الهلاك ثم نجوا"[2]. ومهما يكن المراد من هؤلاء القوم الذين خرجوا، فالآية تصوّر لنا أثر الخوف من العدو، وهو الهرب والفرار اتقاءً للخطر المنتظر وهو الموت.

وفي قصة سيدنا موسى ﵇ مع فرعون بعد مقتل رجل من بني إسرائيل على يده قال تعالى: ﴿ فَفَرَرْتُ مِنكُمْ لَمَّا خِفْتُكُمْ فَوَهَبَ لِى رَبِّى حُكْمًا وَجَعَلَنِى مِنَ ٱلْمُرْسَلِينَ ﴾[3].

فالفرار والهروب اتقاءً للخطر أمر طبيعي عند البشر مدفوعين بغريزة حب البقاء والحفاظ على الذات. والخوف أمر يتعرض له جميع الناس ولم يسلم منه حتى أنبياء الله تعالى عليهم أفضل الصلاة والتسليم.

ففي مشهد آخر من مشاهد قصة سيدنا موسى ﵇ مظهر آخر من مظاهر الخوف الغريزي، والتعبير عنه بالهروب والفرار، وهو الخوف من المخلوقات الخطرة والمؤذية كالخوف من الأفاعي تصوّر لنا هذا المشهد الآية القرآنية الكريمة: ﴿ وَأَنْ أَلْقِ عَصَاكَ ۖ فَلَمَّا

---

(1) سورة البقرة: آية ٢٤٣.

(2) ابن عاشور، التحرير والتنوير، مرجع سابق، ج٨، ص٤٧٨.

(3) سورة الشعراء: آية٢١.

رَءَاهَا تَهْتَزُّ كَأَنَّهَا جَآنٌّ وَلَّىٰ مُدْبِرًا وَلَمْ يُعَقِّبْ ۚ يَـٰمُوسَىٰٓ أَقْبِلْ وَلَا تَخَفْ ۖ إِنَّكَ مِنَ ٱلْأَمِنِينَ﴾[1].

فسيدنا موسى عليه السلام لما ألقى العصا "وصارت ثعباناً ورآها تهتز كأنها جان في السرعة والجثة، هرب ولم يعقب أي ولم يرجع، من عقب المقاتل إذا كرّ بعد الفرار"[2].

ورعب موسى عليه السلام مستفاد من قوله ولىّ مدبراً إذ معناه أعرض عنها وجعلها تلي ظهره خوفاً منها لظنه إن ذلك لأمر أريد به أي أريد وقوعه به بأن قلبت حية لإهلاكه ذلك أن الحية من المهلكات بالنسبة للإنسان"[3].

إلا أن الهرب ليس هو السلوك الوحيد الذي يسلكه الخائف من مواطن الخطر، وإنما هناك سلوكات أخرى قد يسلكها الإنسان في بعض المواقف التي تثير الخوف لديه ومنها:

الهجوم والإقدام

فليست كلّ المواقف التي تهدد الفرد في حياته تقابل بالهروب والإحجام، بل أن هناك مواقف تهدد الإنسان في نفسه ودينه تقابل بالهجوم والإقدام، وخير مثال على ذلك مقابلة الرسول ﷺ وصحابته الأطهار لأشد المواقف خطراً في أثناء مواجهتهم لعدوهم بما لديه من عدة وسلاح وكثرة عدد، فكان الواحد منهم يلقي بنفسه في ساحات الوغى بكلِّ شجاعة، وهو يعلم أنه بسلوكه هذا يقي نفسه ودينه من الأخطار المحدقة به. ولنضرب مثالاً على ذلك ما حدث في غزوة مؤتة، فقد أمّر الرسول ﷺ على الجيش زيد بن حارثة وجعفر بن أبي طالب، وعبد الله بن رواحه.

---

[1] سورة القصص: آية ٣١.

[2] انظر: القونوي، **حاشية القونوي**، مرجع سابق، ج١٤، ص ٥٠٩.

[3] انظر: المرجع السابق، ج١٤، ص ٣٤٩.

قال ابن إسحاق: "ثم مضوا حتى نزلوا معاناً من أراضي الشام، فبلغ الناس أن هرقل قائد الروم، قد نزل مآب من أرض البلقاء في مائة ألف من الروم، وانضم إليه مائة ألف من القبائل الأخرى، فلما علم المسلمون بذلك قالوا: "نرسل إلى رسول الله ﷺ نخبره بذلك، فإما أن يمدنا بالرجال، أو يأمر بأمره. فشجّع الناس عبد الله بن رواحه وقال: "يا قوم والله إن التي تكرهون للتي خرجتم تطلبون الشهادة، وما نقاتل الناس بعدد ولا قوة ولا كثرة، ما نقاتلهم إلا بهذا الدين الذي أكرمنا الله به، فقال الناس: "صدق والله ابن رواحه فمضى الناس لملاقاة العدو"[1].

وقد روى البخاري في صحيحه عن نافع عن ابن عمر أخبره: "أنه وقف على جعفر يومئذ، وهو قتيل، فعددت به خمسين بين طعنة وضربة، ليس منها شيء في دبره، يعني في ظهره"[2]. فمعنى أن لا يكن في ظهره أي طعنة وضربة، أنه أقبل على القتال بشجاعة ولم يولي ظهره للعدو رغم ما به من جراح، وذلك أنه بإقدامه على المعركة كان يتقي خطراً جسيماً كان يتهدد المسلمين في دينهم وأنفسهم. وبعد مقتل جعفر أخذ عبد الله بن رواحه الراية ثم تقدّم بها، فلما نزل أتاه ابن عم له بعرق من لحم، فقال: شد بها صلبك، فأخذها وأكل منها ثم سمع صوت السيوف، ووقع القتال فقال: "وأنت في الدنيا، ثم ألقاه من يده وأخذ سيفه، وتقدّم فقاتل حتى قتل رضي الله عنه[3].

---

[1] انظر: ابن كثير، أبي الفداء، **البداية والنهاية**، تحقيق أحمد عبد الوهاب، القاهرة، دار الحدث، ١٩٩٤، ج٤، ص٢٣٩.

[2] أخرجه البخاري، **في صحيحه**، كتاب المغازي، باب غزوة مؤتة من أرض الشام، باب رقم ٤٤/٤٥، حديث رقم ٤٢٦٠، ص ٥٧٩.

[3] ابن كثير، المرجع السابق، ج٤، ص ٢٤١-٢٤٢.

ولكن هذا لا يعني أن كلّ الناس كانوا يقبلون على المعركة بنفس الدرجة من الهجوم والإقدام، بل إن منهم من كان يتلكأ، ويتردد بعض الشيء، وبعضهم كان يولي هارباً لخوفه وفزعه من ملاقاة العدو، وحرصه على إنقاذ نفسه من خطر الموت.

من خلال ما سبق يمكن أن نخلص إلى أن هناك أعراضاً يُعرف بها الخائف، وهذه الأعراض بعضها تكون ظاهرة على جسده، تتمثل باضطراب حركة عينيه، واصفرار لون وجهه وشحوبه، وارتعاد أطرافه، وسرعة تنفسه.

وبعض تلك الأعراض تكون داخلية، يشعر بها الخائف، كاضطراب حركة القلب، وجفاف الفم والحلق، وتغير ضغط الدم، وتختلف شدة هذه الأعراض من شخص لآخر تبعا لاستجاباتهم لمثيرات الخوف في المواقف المخيفة المختلفة. ثم يترجم الشخص انفعاله إلى سلوك عملي قد يتمثل بالهروب أو بالهجوم والإقدام.

المبحث الثاني

الخوف: أنواعه وعلاماته ودرجاته

من خلال استقراء الآيات الكريمة، والأحاديث النبوية الشريفة المتعلقة بالخوف، فقد وجدت الباحثة أن للخوف أنواعاً كثيرة، كالخوف من الله تعالى، والخوف من عذابه، والخوف من بعض الظواهر الطبيعية والجوية، وغيرها. كما ظهر أن الخوف درجات، فبعضه يكون طبيعيا، وبعضه الآخر قد يكون مرضيا، لذا جاء هذا المبحث في مطلبين:

- المطلب الأول: أنواع الخوف.
- المطلب الثاني: علامات الخوف.

المطلب الأول: أنواع الخوف

في هذا المطلق تحاول الباحثة بيان أنواع الخوف، لهذا فقد تم تقسيمه إلى قسمين:

القسم الأول: أنواع الخوف المشتركة بين عامة الناس

يحاول هذا المطلب بيان أنواع الخوف التي يشترك فيها بني البشر بغض النظر عن معتقداتهم، فهي مخاوف، قد تكون عند المسلم وغير المسلم، وتأثر هذه المخاوف مجملة ثم أتناول تفصيلها:

أ. الخوف من الحيوانات المفترسة والمؤذية.

ب. الخوف من بعض الظواهر الطبيعية (كالبرق والرعد).

ج. الخوف من الأعداء.

د. الخوف من أصحاب السلطة.

هـ. الخوف الاجتماعي.

و. الخوف من المرض.

ز. الخوف من الموت.

ح. الخوف من القبر.

ط. الخوف من أهوال يوم القيامة.

ي. الخوف من الفقر.

أ. الخوف من الحيوانات المفترسة والمؤذية كالذئاب والأفاعي.

وقد أشار القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة إلى هذا النوع من الخوف في قوله تعالى على لسان يعقوب ﷺ: ﴿ قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِيٓ أَن تَذْهَبُواْ بِهِۦ وَأَخَافُ أَن يَأْكُلَهُ ٱلذِّئْبُ وَأَنتُمْ عَنْهُ غَٰفِلُونَ ﴾[1]. فخوف يعقوب ﷺ على ابنه من الذئب، هو الذي دفعه ليعتذر لأولاده عن عدم قبوله طلبهم بأخذه معهم" ذلك أن الأرض التي أرادوا أن يذهبوا به إليها كثيرة الذئاب[2].

---

[1] سورة يوسف: آية ١٣.

[2] القونوي، حاشية القونوي، مرجع سابق، ج١٠، ص٢٦٩.

وفي قصة موسى عليه السلام حين كلّمه الله تعالى على طور سيناء ما يشير إلى هذا النوع من الخوف في قوله تعالى: ﴿ وَأَنْ أَلْقِ عَصَاكَ ۖ فَلَمَّا رَءَاهَا تَهْتَزُّ كَأَنَّهَا جَآنٌّ وَلَّىٰ مُدْبِرًا وَلَمْ يُعَقِّبْ ۚ يَـٰمُوسَىٰٓ أَقْبِلْ وَلَا تَخَفْ ۖ إِنَّكَ مِنَ ٱلْآمِنِينَ ﴾[1].

فلما رأى موسى العصا قد انقلبت حية صفراء تسرع وتبتلع الحجر والشجر خاف وهرب منها[2]. فالخوف من مثل هذه الحيوانات أمر غريزي في الإنسان، لم يسلم منه حتى أنبياء الله تعالى، فكلُّ إنسان يخاف هذه الحيوانات الخطرة، وهو مدفوع بغريزة حب البقاء والحفاظ على الحياة.

ب. الخوف من بعض الظواهر الطبيعية كالبرق والرعد

قال تعالى: ﴿ هُوَ ٱلَّذِى يُرِيكُمُ ٱلْبَرْقَ خَوْفًا وَطَمَعًا وَيُنشِئُ ٱلسَّحَابَ ٱلثِّقَالَ ﴾[3]. فرؤية البرق كما تثير في نفس الإنسان الطمع في نفع المطر، كذلك تثير في النفس الخوف من الصواعق المحتمل تكونها منه[4]. وفي قوله تعالى: ﴿ أَوْ كَصَيِّبٍ مِّنَ ٱلسَّمَآءِ فِيهِ ظُلُمَـٰتٌ وَرَعْدٌ وَبَرْقٌ يَجْعَلُونَ أَصَـٰبِعَهُمْ فِىٓ ءَاذَانِهِم مِّنَ ٱلصَّوَٰعِقِ حَذَرَ ٱلْمَوْتِ ۚ وَٱللَّهُ مُحِيطٌۢ بِٱلْكَـٰفِرِينَ ۝١٩ يَكَادُ ٱلْبَرْقُ يَخْطَفُ أَبْصَـٰرَهُمْ ۖ كُلَّمَآ أَضَآءَ لَهُم

---

[1] سورة القصص: آية ٣١.

[2] انظر: القونوي، **حاشية القونوي**، مرجع سابق، ج١٢، ص٣٣١-٣٣٣.

[3] سورة الرعد: آية ١٢.

[4] انظر: البغوي، الحسين بن مسعود، **تفسير البغوي**، تحقيق خالد العك ومروان سوار، بيروت، دار المعرفة، ١٩٨٦، ج٣، ص١٠.

مَّشَوْا۟ فِيهِ وَإِذَآ أَظْلَمَ عَلَيْهِمْ قَامُوا۟ ۚ وَلَوْ شَآءَ ٱللَّهُ لَذَهَبَ بِسَمْعِهِمْ وَأَبْصَـٰرِهِمْ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ قَدِيرٌ ﴾[1]. فهذه الآية تشبّه جزع المنافقين من آيات الوعيد بما يعتري القائم تحت السماء حين الرعد والبرق والظلمات، فهو يخشى أن يعميه البرق حين يلمع بإضاءة شديدة، ويعمي عليه الطريق بعد انقطاع لمعانه[2]. فالإنسان يخاف البرق والرعد؛ لاحتمال الأذى الذي يمكن أن ينشأ منهما، فلو شاء الله تعالى لزاد في قصف الرعد فيصمه، أو في ضوء البرق فيعميه، كما يخاف من احتمال حدوث الصواعق، "وهي صوت شديد من الرعد يسقط معها قطعة نار تنقدح من السحاب إذا اصطكت أجرامه، لا تأتي على شيء إلاّ أحرقته"[3].

والخوف من مثل هذه الظواهر وإن كان يشترك فيه جميع الناس، إلا أنهم يتفاوتون في درجة خوفهم، فبعضهم يبقى خوفه معتدلا، وبعضهم قد يزداد خوفه ويتطور بحيث يصبح حالة مرضية، وهو ما يطلق عليه في علم النفس المعاصر "خواف البرق والرعد، "Astraphobia"، وهي رهبة مرضيَّة تجعل الشخص يفزع من رؤية البرق ويهلع لدى سماعه الرعد، وقد يتّسع نطاق خوفه حتى يشمل الشتاء كفصل يشتد فيه البرق الخاطف والرعد القاصف"[4].

---

(1) سورة البقرة: آية ١٩-٢٠.

(2) انظر: ابن عاشور، **التحرير والتنوير**، مرجع سابق، ج١، ص٣١٩.

(3) القاسمي، محمد جمال الدين، **محاسن التأويل**، تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي، بيروت، مؤسسة التاريخ العربي، ١٩٩٤، ج١، ص٢٥٢.

(4) رزوق، أسعد، موسوعة في علم النفس، مراجعة عبد الله عبد الدايم، بيروت، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ط٣، ١٩٨٧، ص ١١٨.

وقد علّم الرسول ﷺ أصحابه كيف يواجهوا خوفهم من مثل هذه الظواهر، وذلك باللجوء إلى التسبيح والدعاء والاستغفار، فقد روي عن عبد الله بن الزبير أنه كان إذا سمع الرعد ترك الحديث، وقال: سبحان الذي يسبح الرعد بحمده والملائكة من خيفته، ثم يقول إن هذا لوعيد لأهل الأرض شديد"[1].

ج. الخوف من الأعداء

اقتضت حكمة الخالق أن يجعل الناس متفاوتين في الطباع والأمزجة والأخلاق، وهذا من شأنه أن يوجد الخلافات بينهم، وقد تنشأ من ذلك العداوات والخصومات، ومنذ أن هبط آدم عليه السلام وزوجه الأرض ظهرت العداوة بين بني البشر ابتداءً بقصة قتل أحد ابني آدم على يد أخيه، واستمر وجود مثل هذه العداوات إلى يومنا هذا قال تعالى: ﴿ فَأَزَلَّهُمَا ٱلشَّيْطَٰنُ عَنْهَا فَأَخْرَجَهُمَا مِمَّا كَانَا فِيهِ ۖ وَقُلْنَا ٱهْبِطُوا۟ بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ۖ وَلَكُمْ فِى ٱلْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَٰعٌ إِلَىٰ حِينٍ ﴾[2].

والخوف من بطش العدو أمر فطري في النفس الإنسانية، فهو الذي دفع موسى عليه السلام أن يهرب خوفاً من فرعون وجنده بعد مقتل أحد الإسرائيليين على يده، وهو الذي عبّر عنه موسى وأخيه هارون حين أمرهما الله تعالى أن يذهبا إلى فرعون لدعوته إلى الإيمان بالله تعالى، قال عز من قائل على لسانهما: ﴿ قَالَا رَبَّنَآ إِنَّنَا نَخَافُ أَن يَفْرُطَ عَلَيْنَآ أَوْ أَن يَطْغَىٰ ﴾[3].

---

[1] أخرجه مالك في **الموطأ**، كتاب الكلام، باب القول إذا سمعت الرعد، باب رقم ١ حديث رقم ٣١١٣، ص٣٩٧، وهذا حديث رجاله ثقات وقد صححه الترمذي.

[2] سورة البقرة: آية ٣٦.

[3] سورة طه: آية ٤٥.

غير أن الخوف المحمود من بطش العدو هو الذي يدفع صاحبه إلى أخذ الحيطة والحذر، وخوف موسى عليه السلام هو من هذا القبيل، حيث لم يؤدي به خوفه إلى التقاعس عن واجبه، وإنما كان من أجل الحذر والأخذ بالأسباب المادية والمعنوية وكل ما يلزم لمواجهة هذا العدو من احترازات وتدابير. ولعلّ حفر الخندق حول المدينة تحصيناً للمسلمين، وحفاظاً على أنفسهم وأموالهم، وعدم الاكتفاء بالتوكل على الله فحسب. وكذلك سماح الرسول ﷺ للمسلمين في الهجرة إلى الحبشة مرتين إلاّ تعبيراً عن خوفه من بطش كفار مكة بهم، وخوفاً على عقيدتهم.

وفي قوله تعالى: ﴿ وَٱذۡكُرُوٓاْ إِذۡ أَنتُمۡ قَلِيلٌ مُّسۡتَضۡعَفُونَ فِي ٱلۡأَرۡضِ تَخَافُونَ أَن يَتَخَطَّفَكُمُ ٱلنَّاسُ فَـَٔاوَىٰكُمۡ﴾[1]، فالناس هنا هم الأعداء المشركون من أهل مكة وغيرهم، فقد كان المؤمنون خائفين يوم بدر من كثرة عدد العدو وعدته، لكنه خوف دعاهم إلى اتحاد الصفوف، والإصرار على مجابهة العدو متسلحين بقوتهم الإيمانية، قال تعالى: ﴿وَمَا ٱلنَّصۡرُ إِلَّا مِنۡ عِندِ ٱللَّهِ ٱلۡعَزِيزِ ٱلۡحَكِيمِ﴾[2].

ولعل أكثر ما يخيف الإنسان من عدوه هو قوته الحربية، لذا وجه القرآن الكريم المسلمين إلى الاستعداد الحربي الكامل لإرهاب عدوهم قال تعالى: ﴿ وَأَعِدُّواْ لَهُم مَّا

---

[1] سورة الأنفال: آية ٢٦.

[2] سورة آل عمران: آية ١٢٦.

ﭐسۡتَطَعۡتُم مِّن قُوَّةٖ وَمِن رِّبَاطِ ٱلۡخَيۡلِ تُرۡهِبُونَ بِهِۦ عَدُوَّ ٱللَّهِ وَعَدُوَّكُمۡ وَءَاخَرِينَ مِن دُونِهِمۡ لَا تَعۡلَمُونَهُمُ ٱللَّهُ يَعۡلَمُهُمۡۚ ﴾[1].

فالمسلمون مأمورون بإعداد القوة المناسبة لكلّ زمان ومكان، وإن كان الدور الأكبر للخيل في الحرب البرية في الماضي، ولا تزال لها الأهمية في بعض ظروف الحرب اليوم، فإن الدور الحاسم اليوم هو لسلاح الطيران، والدبابات والغواصات، لذا أصبح المتعين إعداده بدلاً من الخيول؛ لأن المهم تحقيق الأهداف، وأما الوسائل والآلات فهي تتبدل حسب متطلبات العصر[2]. وأول ما تصنعه هذه القوة أنها تطمئن المسلمين على عقيدتهم وتقضي على الخوف الذي قد تثيره قوة العدو، وتقلل من شأن أي قوة تتخذ لنفسها صفة الحاكمية، فتحكم الناس بشرائعها وسلطانها وجبروتها[3].

ويرتبط بالخوف من العدو، الخوف من خيانة العهد المبرم بين المسلمين وبين بعض أعدائهم قال تعالى: ﴿ وَإِمَّا تَخَافَنَّ مِن قَوۡمٍ خِيَانَةٗ فَٱنۢبِذۡ إِلَيۡهِمۡ عَلَىٰ سَوَآءٍ ﴾[4] فالآية الكريمة تبين ما يجب أن يفعله المسلم إذا خاف من عدوه خيانة العهد بظهور بوادر منه بأمارة ظاهرة، بأن يطرح لهم عهدهم فيعلمهم بأن لا عهد بينهم، ولا يلجأ إلى الخيانة مثلهم مهما وصل بهم الخوف، فالله لا يحب الخائنين، ولو في حقّ الكفار أعداء الدين[5].

---

(1) سورة الأنفال: آية ٦٠.

(2) انظر: الزحيلي، **التفسير المنير**، مرجع سابق، ج١٠، ص٥٠.

(3) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٣، ص١٥٤٣.

(4) سورة الأنفال: آية ٥٨.

(5) انظر: الزحيلي، **التفسير المنير**، دمشق، دار الفكر، ١٩٩١، ج١٠، ص٤٤.

والإنسان كما يخاف أعداءه من الإنس، يخاف أيضاً أعداءه من الجن، ويأتي إبليس على رأسهم، ويقرر لنا القرآن الكريم هذه الحقيقة في قوله تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلشَّيْطَٰنَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَٱتَّخِذُوهُ عَدُوًّا ۚ إِنَّمَا يَدْعُوا۟ حِزْبَهُۥ لِيَكُونُوا۟ مِنْ أَصْحَٰبِ ٱلسَّعِيرِ ﴾(١). والمسلم يخاف الشيطان من أن يفتنه في دينه، فهو ماكر خادع، يختفي وراء أوليائه، وينشر الخوف في صدور الذين لا يحتاطون لوسوسته، لذلك يكشفه الله للمؤمنين ليكونوا منه على حذر وحيطة، قال تعالى: ﴿ إِنَّمَا ذَٰلِكُمُ ٱلشَّيْطَٰنُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَآءَهُۥ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ ﴾(٢). فالشيطان يخافه المؤمن والكافر، ولكن هناك فارق كبير بين خوف المؤمن وخوف الكافر، فخوف المؤمن من الشيطان يجعله دائم الحذر من وسوسته وتزيينه للمعصية، أما خوف الكافر فيدفعه دائماً إلى الجبن والضعف أمام الشيطان، فيصبح أسيراً له يسيره حيث يشاء.

د. الخوف من أصحاب السلطة

وخوف أم موسى عليه السلام من فرعون الذي كان صاحب السلطان والنفوذ والجاه في قومه هو الذي دفعها إلى إلقاء ابنها في البحر بعد أن أوحى إليها الله تعالى بذلك قال تعالى: ﴿وَأَوْحَيْنَآ إِلَىٰٓ أُمِّ مُوسَىٰٓ أَنْ أَرْضِعِيهِ ۖ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِى ٱلْيَمِّ وَلَا تَخَافِى

---

(١) سورة فاطر: آية ٦.

(٢) سورة آل عمران: آية ١٧٥.

وَلَا تَحۡزَنِيٓ ﴾[1]. وهذا النوع من الخوف هو الذي دفع الجماعة التي آمنت مع موسى عليه السلام أن تخفي إيمانها قال تعالى: ﴿ فَمَآ ءَامَنَ لِمُوسَىٰٓ إِلَّا ذُرِّيَّةٌ مِّن قَوۡمِهِۦ عَلَىٰ خَوۡفٖ مِّن فِرۡعَوۡنَ وَمَلَإِيْهِمۡ أَن يَفۡتِنَهُمۡۚ وَإِنَّ فِرۡعَوۡنَ لَعَالٖ فِي ٱلۡأَرۡضِ وَإِنَّهُۥ لَمِنَ ٱلۡمُسۡرِفِينَ ﴾[2] ذلك أن فرعون كان مسلطاً عليهم عاتياً، فخافوا إن هم أعلنوا إيمانهم أن يصرفهم عن دينهم بالأذى والتعذيب[3].

والخوف من أصحاب السلطة إذا استبد بالإنسان فإنه قد يلغي عقله وتفكيره، فيعمى عن الحقائق، وخوف قوم فرعون هو مثال على ذلك، فقد كان فرعون صاحب السلطان في قومه، فاستضعفهم بنفوذه، وأخضعهم لجبروته، وبلغ من شدة خوفهم أن صدقوا ما زعمه فرعون لنفسه، حيث قال تعالى على لسانه: ﴿ فَقَالَ أَنَا۠ رَبُّكُمُ ٱلۡأَعۡلَىٰ ﴾[4].

ولعلّ أبرز مظهر من مظاهر الخوف الشديد من أصحاب السلطة هو كتم كلمة الحق، وعدم إعلانها، فقد يمنع الخوف المفرط من السلاطين المتجبرين الإنسان من الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، فيضطر في النهاية إلى مداهنتهم، والسكوت على ظلمهم، وفي هذا تحقير للنفس وبخس لحقها، فقد روي عن الرسول ﷺ أنه قال: "**لا يحقر أحدكم نفسه، قالوا يا رسول الله كيف يحقر أحدنا نفسه؟ قال: يرى أمراً لله عليه فيه مقال، ثم لا يقول فيه، فيقول الله ﷻ**

---

(1) سورة القصص: آية ٧.

(2) سورة يونس: آية ٨٣.

(3) انظر: القرطبي، **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ج٨، ص٢٣٦.

(4) سورة النازعات: آية ٢٤.

له يوم القيامة ما منعك أن تقول في كذا وكذا؟ فيقول خشية الناس، فيقول: فإياي كنت أحق أن تخشى"[1]. وقد يكون كتمه لكلمة الحق خوفاً على نفسه ورزقه وأهله.

والإسلام وهو يدعو إلى قول كلمة الحق، وعدم كتمانها خوفاً من أصحاب السلطان، يدعو إلى الحكمة والكلمة اللينة في عرض الحق. فإلى ذلك، دعا الله ﷻ، موسى وهارون – عليهما السلام – حين أرسلهما إلى أعتى أهل الأرض، إلى فرعون الذي تجاوز الحدّ في الطغيان قائلاً: ﴿ ٱذْهَبَآ إِلَىٰ فِرْعَوْنَ إِنَّهُۥ طَغَىٰ ۝ فَقُولَا لَهُۥ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُۥ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَىٰ ﴾[2].

هـ. الخوف الاجتماعي

وهذا النوع من الخوف لا يعني الفزع الذي يصيب الشخص عند رؤية ما يهدد حياته، وإنما هو نوع من التوتر والاضطراب الذي يصيب الإنسان من تقييم الناس لتصرفاته في موقف اجتماعي واحد أو أكثر، أو أن ينتقص من قدره بالانتقاد أو التعليق[3].

وقد بيّن القرآن الكريم أن الرسول ﷺ تعرض لهذا النوع من الخوف، في قصة زواجه من زينب بنت جحش في قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَإِذْ تَقُولُ لِلَّذِىٓ أَنْعَمَ ٱللَّهُ عَلَيْهِ وَأَنْعَمْتَ عَلَيْهِ أَمْسِكْ عَلَيْكَ زَوْجَكَ وَٱتَّقِ ٱللَّهَ وَتُخْفِى فِى نَفْسِكَ مَا ٱللَّهُ مُبْدِيهِ وَتَخْشَى ٱلنَّاسَ وَٱللَّهُ أَحَقُّ أَن تَخْشَىٰهُ ۖ فَلَمَّا قَضَىٰ زَيْدٌ مِّنْهَا وَطَرًا زَوَّجْنَٰكَهَا لِكَىْ لَا يَكُونَ

---

[1] أخرجه ابن ماجه في سننه، كتاب الفتن، باب الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، باب رقم ٢٠، حديث رقم ٤٠٠٨، ص١٣٢٨، وفي الزوائد هذا حديث إسناده صحيح، رجاله ثقات.

[2] سورة طه، آية ٤٣-٤٤.

[3] انظر: المالح، حسان، **الخوف الاجتماعي الخجل**، جدة، دار المنارة، ١٩٩٣، ص ٢٦.

عَلَى ٱلْمُؤْمِنِينَ حَرَجٌ فِىٓ أَزْوَٰجِ أَدْعِيَآئِهِمْ إِذَا قَضَوْا۟ مِنْهُنَّ وَطَرًا ۚ وَكَانَ أَمْرُ ٱللَّهِ مَفْعُولًا ﴾[١]، فقد كانت زينب زوجة لزيد بن حارثة الذي تبناه الرسول ﷺ في الجاهلية، حتى أصبح يدعى زيد بن محمد، والرسول ﷺ هو من زوّجه من ابنة عمته زينب بنت جحش؛ ليقضي بذلك على فوارق الطبقات الموروثة، فقد كانت زينب من علية القوم، وزيد كان مولى للرسولﷺ ، فلما اضطربت العلاقات الزوجية بينهما، ذهب زيد إلى الرسولﷺ ليشكو له من أمر زينب، وكان الله تعالى قد أوحى إليه بأن يطلق زيد زينب، ويتزوجها الرسولﷺ ، ليزيل بذلك آثار نظام التبني بعد أن كان قد أبطله في قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَمَا جَعَلَ أَدْعِيَآءَكُمْ أَبْنَآءَكُمْ ۚ ذَٰلِكُمْ قَوْلُكُم بِأَفْوَٰهِكُمْ ۖ وَٱللَّهُ يَقُولُ ٱلْحَقَّ وَهُوَ يَهْدِى ٱلسَّبِيلَ ۝٤ ٱدْعُوهُمْ لِءَابَآئِهِمْ هُوَ أَقْسَطُ عِندَ ٱللَّهِ ﴾[٢]، غير أن إبطال هذه الآثار الواقعية في حياة المجتمع ليست بالأمر السهل، ولابد أن تستقبل مثل هذه السوابق أول أمرها بالاستنكار والاستغراب[٣].

فلما جاء زيد يشكو للرسول ﷺ ما كان من أمر زينب وعدم استطاعته المضي معها، أخذ الرسول ﷺ يقول لزيد أمسك عليك زوجك، واتق الله في أمر طلاقها، واصبر عليها وعلى تكبرها وتعاليها عليك، فعاتب الله تعالى نبيه في ذلك لأنه كان يعلم أن الطلاق سيقع، ومع ذلك

---

[١] سورة الأحزاب: آية ٣٧.

[٢] سورة الأحزاب: آية ٤-٥.

[٣] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٥، ص٢٨٦٩.

أخذ ينصح زيد بعدم طلاق زينب، مدفوعاً بخوفه من انتقاد الناس له، فيقولوا تزوج محمد مطلقة متبناه مبينًا له أن الله تعالى أحق أن تخافه وحده[١].

فتخوف الرسول ﷺ من هذا الزواج له دلالته، وهي أن الأعراف والعادات لها تأثير قوي في السلوك، فلم تكن مسألة الزواج من مطلقة المتبنى لتمرّ بسهولة، فقد فوجئ بها المجتمع الإسلامي كله، لذلك انطلقت ألسنة المنافقين تقول تزوج محمد من حليلة ابنه[٢].

وهناك حالات كثيرة من الخوف الاجتماعي، حيث يشير علماء النفس إلى أن ما يقرب من ١٠% من الناس يرهبون المناسبات الاجتماعية؛ كالتحدث مع المسئولين، أو إلقاء المحاضرات والدروس أمام جمهور من الناس، أو حضور الحفلات[٣]، وبعضهم قد ينتابه الخوف من أن يقول شيئاً ما خطأ، أو أن يُفسّر كلامه بطريقة سلبية، وبعضهم قد يخاف من انتقاد الآخرين له في مظهره ولبسه أو طريقته بالكلام أو غيرها من الحالات والمواقف الاجتماعية[٤].

وتؤكد الأبحاث النفسية مدى خطورة هذا النوع من الخوف حين يكون صفة من صفات الطبع الإنساني، وأساساً من أسس السلوك الشخصي، وذلك أن من أعراض هذا النوع من الخوف شللٌ يصيب جسد الخائف ونفسه، تشير إليه وتحدد معالمه الحركات المضطربة

---

[١] انظر: المراغي، أحمد مصطفى، **تفسير المراغي**، بيروت، دار إحياء التراث العربي، ط٣، ١٩٧٤، ج٢٢، ص ١٤.

[٢] انظر: قطب مرجع سابق، ج٥، ص ٢٨٧٠.

[٣] انظر: الحمد، عبد الرزاق، الرهاب الخوف الاجتماعي، على شبكة الانترنت، بتاريخ٢٠٠٦/١٠/٨، http: //www.sehha.com/mentalhealth/socialphobia.htm.

[٤] انظر: المالح، إحسان، **الخوف الاجتماعي**، مرجع سابق، ص ١١٦.

المترددة العاجزة، وتجسده الأفكار المشتتة والكلام المتلعثم، باعتباره نوعاً من الاضطراب والعجز النفسي والجسدي(١).

كما أن حالات الخوف الاجتماعي غير الشديدة يمكن أن تتحسن تلقائياً من خلال تجارب الحياة، وجهود الإنسان المستمرة لمواجهة خوفه، والتعرض لمواجهة المواقف المحرجة. وقد تتطور بعض الحالات إلى درجة شديدة، فتؤدي بالإنسان إلى حالة مرضية يطلق عليها في علم النفس بخواف لاجتماع (Sociophobia) وهو يعني "نزوع المرء نحو العزلة، والابتعاد عن الناس، والخوف المرضي من المناسبات الاجتماعية، أو من الاختلاط مع الجماعات، وإقامة العلاقات معها"(٢).

و. الخوف من المرض

كلُّ إنسان حريص بطبعه على نفسه من الإصابة بالأمراض، وحرصه نابع من غريزة الحفاظ على الذات وحب البقاء، لذا فهو يحذر الأمراض المعدية، بأخذ الحيطة وإتباع القواعد الصحية السليمة. وقد وجّهنا الرسول ﷺ إلى ذلك فقد روي عنه أنه قال: "**إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها، وإذا وقع بأرض وأنتم بها فلا تخرجوا منها**"(٣). وهذا ما يسمى اليوم بالحجر الصحي، مخافة انتشار الأوبئة والأمراض السارية.

---

(١) مصطفى، غالب، **تغلب على الخجل**، بيروت، مكتبة الهلال، ١٩٨٤، ص ١٠٢.

(٢) المرجع السابق، ص ١٠٢.

(٣) رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب الطب، باب ما يذكر في الطاعون، باب رقم ٣٠/٣٠، حديث رقم ٥٧٢٨، ص ٨٠٩.

وفي حديث آخر يوجّهنا الرسول ﷺ إلى ضرورة الحرص والخوف من انتقال الأمراض إلينا بقوله: "**فِرّ من المجذوم كما تفرُّ من الأسد**"[1]. ذلك أن هذا الداء قد ينتقل من المريض إلى الصحيح بواسطة الملامسة، والمخالطة، وشم الرائحة، لذلك يأمر الأطباء بترك مخالطة المجذوم. لكن قد يقول قائل فما معنى قول الرسول ﷺ لا عدوى ولا طيرة "...إذا كان في هذا الحديث بين أن المجذوم قد يعدي الإنسان الصحيح، فيجاب على ذلك بأن: "المراد بنفي العدوى أنه ليس هناك شيئاً يعدي بطبعه كما كان الناس يعتقدون في الجاهلية من أن الأمراض تعدي بطبعها من غير إضافة إلى الله تعالى، فأبطل الرسول ﷺ اعتقادهم بأن أكل مع المجذوم مرة ليبين لهم أن الله تعالى هو الذي يمرض ويشفي، ونهاهم عن الاقتراب من المجذوم؛ ليبين لهم أن هذا من الأسباب التي أجرى الله العادة بأنها تفضي إلى مسبباتها"[2].

لكن قد تزيد درجة الخوف من المرض حتى يصبح حالة مرضية، بحاجة لعلاج تظهر أعراضها على شكل وساوس نفسية تبدو على الإنسان في هيئة تخيلات وتوهمات للمرض الذي يخافه، وقد يلجأ إلى العزلة وعدم الاختلاط بالناس خوفاً من العدوى، فيبالغ في تجنب كلّ ما من شأنه أن يوصل للمرض المتوهم، كالمبالغة في الخوف من الجراثيم والتلوث، والوسوسة الزائدة في غسل الجسم والأدوات والمأكولات، ويزداد خوفه سوءاً حين يعزو كلّ عرض صحي يصيبه إلى المرض المتوهم، فيسرع إلى الطبيب بمجرد ظهور بعض الأعراض البسيطة؛ كارتفاع درجة الحرارة، أو ظهور أي تورم في جسمه[3]. ويطلق على هذه الحالة في

---

[1] أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب الطب، باب الجذام، باب رقم ١٩/١٩، حديث رقم ٥٧٠٧ والجذام علة رديئة تحدث من انتشار المرة السوداء في البدن فتفسد الأعضاء حتى تتآكل.

[2] انظر: ابن حجر العسقلاني، شهاب الدين أحمد بن علي، **فتح الباري بشرح صحيح البخاري**، الرياض، مكتبة الرشد، ٢٠٠٤، ج١٠، ص٢٠٦.

[3] انظر: أبو رحيم، محمد، **كيف تطرد الخوف من الموت والمرض**، على شبكة الإنترنت بتاريخ ٢٠٠٥/٦/١٢. www.saaid.net/minut-e/m٥٥.htm.

علم النفس المعاصر خواف المرض (Nosophobia)، "وهو الخوف المرضي، أو الرهاب الذي يعتري المرء إزاء داء معين، أو مرض محدد، كمن يخشى مرض القلب، أو السرطان، أو الإصابة بالقرحة المعدية"(١).

وقد تعود أسباب الخوف من المرض إلى الخوف من الموت، والخوف من الآلام والأوجاع، أو الإصابة بعاهات دائمة، أو الخوف من نفور المجتمع، والخوف من الأمراض العصرية المنتشرة كالسرطان والإيدز(٢).

ز. الخوف من الموت

يعدُّ الخوف من الموت أمرا طبيعيا عند الإنسان الذي أودع الله فيه حب البقاء والحفاظ على الحياة، حيث جعلها من أقوى الدوافع لديه. لذلك، فهو يبتعد عن كلّ ما يهدد وجوده، وما خوفه من الحيوانات المفترسة، والظواهر الجوية وغيرها إلا تعبيراً عن هذا الدافع الذي أودعه الله في النفس الإنسانية. كما أن المسلم مأمور بالحفاظ على نفسه، من كلّ ما من شأنه أن يهدد وجوده، وقد جعل الإسلام حفظ النفس من الضرورات الخمس(٣)، حتى أباح له الأكل من المحرمات إذا خاف على نفسه الهلاك.

وقد قرر القرآن الكريم في أكثر من موضع حقيقة خوف الإنسان من الموت ومحاولة الفرار منه، منها قوله تعالى: ﴿ وَجَآءَتۡ سَكۡرَةُ ٱلۡمَوۡتِ بِٱلۡحَقِّۖ ذَٰلِكَ مَا كُنتَ مِنۡهُ

(١) رزوق، أسعد، **موسوعة علم النفس**، مرجع سابق، ص١١٨.

(٢) أبو رحيم، كيف تطرد الخوف من الموت والمرض، مرجع سابق.

(٣) الضرورات الخمس هي: حفظ النفس، حفظ الدين، حفظ العقل، حفظ النسل، حفظ المال.

تَحِيدُ ﴾[1]. فالإنسان بالرغم من أنه يعرف أن فراق الحياة بالموت حق إلا أنه دائماً يحيد عنه بأمله، ويبقى يقول أعيش كذا وكذا، فإذا فكّر بالموت صرفه وحاد بذهنه وأمله بعيداً[2].

فالقرآن الكريم، وهو يبيّن أن الخوف من الموت يشترك فيه الناس جميعاً إلاّ أنه فرق بين خوف المؤمن وخوف الكافر، فالكافر يخيفه مجرد ذكر الموت وهو دائم الفرار منه، قال تعالى: ﴿ قُلْ إِنَّ ٱلْمَوْتَ ٱلَّذِى تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُۥ مُلَٰقِيكُمْ ۖ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَىٰ عَٰلِمِ ٱلْغَيْبِ وَٱلشَّهَٰدَةِ فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾[3]. ففي هذه الآية يقرّ الله تبارك وتعالى في خلد الذين كفروا من بني إسرائيل حقيقة يفرون منها دائماً، وهي أن الحياة إلى انتهاء، والبعد عن الله فيها ينتهي بالرجعة إليه، فلا ملجأ منه إلا إليه[4].

ولعل أبرز مظهر لخوفهم الشديد من الموت هو كراهيتهم لذكر القتال قال تعالى: ﴿وَيَقُولُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ لَوْلَا نُزِّلَتْ سُورَةٌ ۖ فَإِذَآ أُنزِلَتْ سُورَةٌ مُّحْكَمَةٌ وَذُكِرَ فِيهَا ٱلْقِتَالُ ۙ رَأَيْتَ ٱلَّذِينَ فِى قُلُوبِهِم مَّرَضٌ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ ٱلْمَغْشِىِّ عَلَيْهِ مِنَ ٱلْمَوْتِ ۖ فَأَوْلَىٰ لَهُمْ ﴾[5]. فكان المنافقون إذا أنزلت سورة فُرض فيها القتال ينظرون مغتاظين، كمن

---

[1] سورة ق: آية ١٩.

[2] انظر: ابن عطية، **المحرر الوجيز**، تحقيق: عبد السلام عبد الشافي، بيروت، دار الكتب العلمية، ١٩٩٣، مرجع سابق، ج٥، ص١٦١.

[3] سورة الجمعة: آية ٨.

[4] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص٣٥٦٨.

[5] سورة محمد: آية ٢٠.

يشخص بصره عند الموت لجبنهم عن القتال خوفاً وهلعاً[1]. ومن الآيات التي تبيّن كراهية المنافق للقتال أيضاً قوله تعالى: ﴿ وَيَقُولُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَوْلَا نُزِّلَتْ سُورَةٌ ۖ فَإِذَآ أُنزِلَتْ سُورَةٌ مُّحْكَمَةٌ وَذُكِرَ فِيهَا ٱلْقِتَالُ ۙ رَأَيْتَ ٱلَّذِينَ فِى قُلُوبِهِم مَّرَضٌ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ ٱلْمَغْشِىِّ عَلَيْهِ مِنَ ٱلْمَوْتِ ۖ فَأَوْلَىٰ لَهُمْ ﴾[2]. وكراهيتهم الشديدة للقتال تدلّ على خوفهم من الموت وحبهم للحياة كيفما تكون، لقوله تعالى: ﴿ وَلَتَجِدَنَّهُمْ أَحْرَصَ ٱلنَّاسِ عَلَىٰ حَيَوٰةٍ وَمِنَ ٱلَّذِينَ أَشْرَكُواْ ۚ يَوَدُّ أَحَدُهُمْ لَوْ يُعَمَّرُ أَلْفَ سَنَةٍ ﴾[3]. فهم يحرصون على أي حياة وإن لم تكن كريمة أو مميزة، لذلك جاءت كلمة حياة منكرة تحقيراً للحياة التي ينشدونها، ويبلغ من شدة حبهم للحياة أن الواحد منهم يتمنى أن يعيش ألف سنة؛ ذلك لأنهم لا يرجون لقاء الله، ولا يشعرون أن هناك حياة غير هذه الحياة[4].

أما المؤمن فلا يدفعه خوفه إلى كراهية القتال باعتباره مظنة الموت، بل على العكس من ذلك فهو يحب الجهاد، ويشعر بالألم والحزن لدرجة البكاء إذا حالت الظروف بينه وبين المشاركة في المعركة، وإلى هذا أشار القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿ وَلَا عَلَى ٱلَّذِينَ إِذَا مَآ أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لَآ أَجِدُ مَآ أَحْمِلُكُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّواْ وَّأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ

---

(1) انظر: القرطبي، **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ج١٦، ص١٦١.

(2) سورة النساء: آية ٧٧.

(3) سورة البقرة: آية ٩٦.

(4) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج١، ص٩٢.

﴿ٱلدَّمۡعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُواْ مَا يُنفِقُونَ ﴾[1]. وقد اختلف المفسّرون في من نزلت هذه الآية، فقيل نزلت في عائذ بن عمرو، وقيل نزلت في سبعة نفر من بطون شتى وهم البكاؤون أتوا رسول الله ﷺ في غزوة تبوك ليحملهم معه إلى الغزوة، فلم يجد الرسول ما يحملهم عليه من خيل وسلاح، فتولوا وهم يبكون حزناً لعدم مقدرتهم على مشاركة الرسول ﷺ في القتال[2].

فمنهم من يبقى خوفه في حدود الاعتدال، وهؤلاء ممن عمروا قلوبهم بالإيمان، فأكثروا من الطاعات، فهم مستعدون للموت في كلّ لحظة، ومنهم من ليس للموت عندهم أي ذكر، فهم لاهون غافلون، وبعضهم قد يرتعد لذكر الموت، ويخاف من كلّ ما يذكره به، فيخاف من منظر الدم، والأموات والجثث، فيتجنب المشاركة في الدفن والجنازة، فمثل هذا الشخص مصاب بحالة مرضية يطلق عليها في علم النفس (Necrophobia)[3].

ح. الخوف من القبر

قد يرتبط الخوف من القبر بالخوف من الموت، ذلك أن كلّ إنسان يعلم أنه سيدفن في يوم من الأيام في مكان ضيق مظلم لا سبيل للخروج منه، وهي فكرة موجودة في ذهن كلّ عاقل[4].

وتختلف أسباب الخوف من القبر عن بعضها عند كثير من الناس، فبعضهم يكون الخوف من عذاب الله تعالى في القبر ويوم القيامة هو سبب خوفه من القبر، وهذا حال كثير من المؤمنين الصادقين، فقد روي أن عثمان بن عفان كان إذا وقف على قبر يبكي حتى يُبلَّ لحيته، فقيل له: تذكر الجنة والنار ولا تبكي، وتبكي من هذا قال: إن رسول الله ﷺ قال: "إن

---

[1] سورة التوبة: آية ٩٢.

[2] انظر: القرطبي، **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ج٨، ص١٤٥.

[3] رزوق، أسعد، **موسوعة علم النفس**، مرجع سابق، ص.١١٠

[4] انظر: الشريف، عدنان، **من علم النفس القرآني**، بيروت، دار العلم للملايين، ١٩٨٧، ص ٨٠.

القبر أول منازل الآخرة فإن نجا منه فما بعده أيسر منه، وإن لم ينج منه فما بعده أشدّ منه، وقال رسول الله" ﷺ: **ما رأيت منظراً قط إلا والقبر أفظع منه**"[1]. فخوف عثمان ﷺ من القبر وبكاؤه عند رؤيته سببه ما يكون فيه من عذاب بسبب المعاصي والذنوب، لذلك دفعهم خوفهم إلى حسن العمل وإصلاح النفس.

ولكن بعضهم قد يكون خوفه من القبر ذاته، فلا يتخيل نفسه في مكان ضيق مظلم وحده، وقد يتطور خوفه ويزداد ليصبح يخاف كلّ الأماكن الشبيهة به، كالخوف من الأماكن المقفلة، والأقبية والغرف المظلمة.

ومما يساعد على زيادة الخوف من القبر هو فكرة عودة الحياة إلى الميت في القبر، وبالرغم من محاولة المصاب بحالة الخوف هذه إبعاد هذه التخيلات ودفنها في منطقة اللاشعور، إلا أنها تعود للظهور تحت تأثير أحداث متصلة، فتشكل أعراضاً عصابية كالخوف بدون سبب، فتتبلور وتتستر تحت عصاب الخوف من الأماكن المقفلة (Claustrophobia)، وما هو في الحقيقة إلا محاولة للهروب من الخوف من الموت ومن القبر بالذات[2].

ط. الخوف من أهوال يوم القيامة

وقد أشار القرآن الكريم إلى الخوف الذي يعتري جميع المخلوقات في قوله تعالى:

﴿ وَيَوْمَ يُنفَخُ فِي ٱلصُّورِ فَفَزِعَ مَن فِي ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَن فِي ٱلْأَرْضِ إِلَّا مَن شَآءَ ٱللَّهُۚ وَكُلٌّ أَتَوْهُ دَٰخِرِينَ ﴾[3]، فحين يأمر الله تعالى إسرافيل عليه السلام بالنفخ بالصور نفخة الفزع، وهو

---

[1] أخرجه ابن ماجه في سننه، كتاب الزهد، باب ذكر القبر والبلى، باب رقم ٣٢، حديث رقم ٤٢٦٧، ج٢، ص١٤٢٦، وقال أبو عيسى هذا حديث حسن غريب.

[2] انظر: الشريف، عدنان، **من علم النفس القرآني**، مرجع سابق، ص٨٠.

[3] سورة النمل: آية ٨٧.

فزع حياة الدنيا وليس بالفزع الأكبر(١). ينتاب الخوف كلّ إنسان حين يرى معدات العذاب، فهو يخشى أن يكون معذبا(٢).

وقد وصف القرآن الكريم حالة الخوف الشديد التي تعتري الناس يوم القيامة في قوله تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ ٱتَّقُواْ رَبَّكُمْۚ إِنَّ زَلۡزَلَةَ ٱلسَّاعَةِ شَيۡءٌ عَظِيمٞ ۝١ يَوۡمَ تَرَوۡنَهَا تَذۡهَلُ كُلُّ مُرۡضِعَةٍ عَمَّآ أَرۡضَعَتۡ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمۡلٍ حَمۡلَهَا وَتَرَى ٱلنَّاسَ سُكَٰرَىٰ وَمَا هُم بِسُكَٰرَىٰ وَلَٰكِنَّ عَذَابَ ٱللَّهِ شَدِيدٞ ﴾(٣)، فمن هول ذلك اليوم، تذهل كلّ مرضعة عما أرضعت، وتسقط كلّ ذات حمل حملها من شدة الخوف الذي ينتابها، ويظهر الناس كأنهم سكارى من نظراتهم الذاهلة، وخطواتهم المتثاقلة(٤).

ثم يزيد القرآن الكريم توضيحاً لحالة الفزع التي تصيب الناس في قوله تعالى: ﴿ فَإِذَا جَآءَتِ ٱلصَّآخَّةُ ۝٣٣ يَوۡمَ يَفِرُّ ٱلۡمَرۡءُ مِنۡ أَخِيهِ ۝٣٤ وَأُمِّهِۦ وَأَبِيهِ ۝٣٥ وَصَٰحِبَتِهِۦ وَبَنِيهِ ۝٣٦ لِكُلِّ ٱمۡرِيٕٖ مِّنۡهُمۡ يَوۡمَئِذٖ شَأۡنٞ يُغۡنِيهِ ﴾(٥). فمن شأن هول الفزع في ذلك اليوم العصيب أن يؤدي بالمرء إلى أن يفرّ وينسلخ من ألصق الناس به، فيمزق كلّ الروابط والصلات التي تربطه بأقرب الناس إليه من أمه وأبيه وزوجته وأخيه، ومن شأن هذا الفزع

---

(١) انظر: ابن عطية، **المحرر الوجيز**، مرجع سابق، ج٤، ص٢٧٢.

(٢) انظر: ابن عاشور، **التحرير والتنوير**، مرجع سابق، ج٢٠، ص٤٦.

(٣) سورة الحج: آية ١-٢.

(٤) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص٢٤٠٨.

(٥) سورة عبس: آية ٣٣-٣٧.

الذي يصيب النفس أن يفصلها عن محيطها، ويستبد بها استبداداً، فلا يدع له فضلة من وعي أو جهد[1].

ك. الخوف من الفقر

"الفقر يعني فقد ما يحتاج إليه، أما فقد ما لا حاجة إليه فلا يسمى فقراً"[2]. وما يُعد حاجة للإنسان يختلف باختلاف العصر، فما يُعدّ من التحسينات أو الكماليات في زمن، قد يصبح في زمن آخر من الحاجيات التي لا يستغني عنها.

وقد ورد خوف الإنسان من الفقر في القرآن الكريم في قوله تعالى: ﴿ وَإِنْ خِفْتُمْ عَيْلَةً فَسَوْفَ يُغْنِيكُمُ ٱللَّهُ مِن فَضْلِهِۦٓ إِن شَآءَ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴾[3]. والعيلة هي الاحتياج والفقر، ومعنى الآية هو إن خطر في نفوسكم خوف من الفقر من انقطاع الإمداد عنكم بمنع قبائل كثيرة من الحج فإن الله سيغنيكم عن ذلك[4]. وفي قوله تعالى: ﴿ وَلَا تَقْتُلُوٓاْ أَوْلَـٰدَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَـٰقٍ ۖ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ۚ إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْـًٔا كَبِيرًا ﴾[5].

والإملاق هو الفقر وعدم الملك. والآية تشير إلى عادة جاهلية كان يمارسها الناس، وهي وأد البنات مخافة الفقر[6].

---

[1] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص٣٨٣٤.

[2] الجرجاني، التعريفات، مرجع سابق، ص ١٠.

[3] سورة التوبة: آية ٢٨.

[4] انظر: ابن عاشور، **التحرير والتنوير**، مرجع سابق، ج١٠، ص١٦١.

[5] سورة الإسراء: آية ٣١.

[6] انظر: القونوي، **حاشية القونوي**، مرجع سابق، ج١١، ص٢٩٢.

وكذلك ورد هذا النوع من الخوف في السنة النبوية الشريفة، منها ما روي عن أبي الدرداء قال: خرج علينا رسول الله ﷺ ونحن نذكر الفقر ونتخوفه، فقال: "**آلفقر تخافون ! والذي نفسي بيده لتُصَبَّن عليكم الدنيا صبا لا يزيغ قلب أحدكم إزاغة إلا هيه، وأيم الله لقد تركتكم على مثل البيضاء ليلها ونهارها سواء**"[1].

فالخوف من الفقر أمر طبيعي في النفس الإنسانية، لذلك نجد كلّ إنسان حريصاً على رزقه، ويسعى دائماً لتحصيله ليهيئ لنفسه ولأسرته الحياة الكريمة الآمنة.

والمسلم وهو يسعى لتحصيل رزقه آخذاً بالأسباب المادية والمعنوية لابد له أن يدرك حقيقة هامة وهي أن الرزق بيد الله تعالى يؤتيه من يشاء، وأن رزقه مقدر في هذه الحياة فيطمئن إلى قدر الله ﷻ ورحمته بالعباد وتكفله برزقهم. ولكنّ كثيراً من الناس ممن ضعف إيمانهم قد لا يطمئنوا على رزقهم فيبقوا في حالة من الخوف، والجزع، ويظهر خوفهم في كثير من سلوكياتهم، وقد أشار القرآن الكريم إلى هذه الفئة من الناس، وما يظهر عليهم من سلوكيات تدل على خوفهم الشديد من الفقر تتمثل بـــ:

- قتل الأولاد: فقد وصف الله تعالى ما كان عليه الناس في الجاهلية من عادة وأد البنات مخافة الفقر قائلاً: ﴿ وَلَا تَقْتُلُوٓاْ أَوْلَـٰدَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَـٰقٍ ۖ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ۚ إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْـًٔا كَبِيرًا ﴾[2]، ومع أن الله تعالى يقرر في هذه الآية أنه لا علاقة بين الرزق وبين النسل إلا أن بعضهم قد يلجأ إلى تحديد النسل، أو إلى قتل الأولاد قبل أن يولدوا بدعوى الخوف من الفقر، وعدم المقدرة على تلبية احتياجاتهم ظناً منه بأن هذا الولد

---

[1] أخرجه ابن ماجه في سننه، المقدمة، باب رقم ١، حديث رقم ٥، ج١، ص٤، وهذا الحديث انفرد به المصنف.

[2] سورة الإسراء: آية ٣١.

سيقتسم معه رزقه هو، وتغيب عن ذهنه حقيقة أن الله تعالى هو الرزاق ذو القوة المتين، وقد قدّر لكلّ نفس رزقها قال تعالى: ﴿وَكَأَيِّن مِّن دَابَّةٍ لَّا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ﴾ – الشح بالإنفاق:قال تبارك وتعالى: ﴿ قُل لَّوْ أَنتُمْ تَمْلِكُونَ خَزَآئِنَ رَحْمَةِ رَبِّيٓ إِذًا لَّأَمْسَكْتُمْ خَشْيَةَ ٱلْإِنفَاقِ ۚ وَكَانَ ٱلْإِنسَـٰنُ قَتُورًا ﴾(1)، فهذه صورة دقيقة لصفة في الإنسان هي البخل والشح، فهو لبخله لو أن رحمة الله تعالى قد وكلت خزائنها إليه لأمسك وبخل خوفاً من نفادها(2).

وقد يكون البخل والشح بالنفقة أبرز مظهر من مظاهر خوف الإنسان من الفقر، فيقتّر على نفسه وأهله وعياله، وقد يلجأ إلى كنز المال والحرص عليه، فلا يؤدي حق الله فيه، ولا حق محتاج أو مسكين لقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ أَنفِقُوا۟ مِمَّا رَزَقَكُمُ ٱللَّهُ قَالَ ٱلَّذِينَ كَفَرُوا۟ لِلَّذِينَ ءَامَنُوٓا۟ أَنُطْعِمُ مَن لَّوْ يَشَآءُ ٱللَّهُ أَطْعَمَهُۥٓ إِنْ أَنتُمْ إِلَّا فِى ضَلَـٰلٍ مُّبِينٍ ﴾(3).

وقد يعتقد كثير من الناس بأن العلاقات الاجتماعية تتطلب إنفاق المال، فيؤدي خوفهم على أموالهم إلى العزلة وقطع صلاتهم بالآخرين؛ حرصاً على أموالهم، ويتجنبوا مشاركتهم في أفراحهم وأحزانهم. ولعلّ أخطر مرحلة يصل إليها الإنسان بسبب خوفه من الفقر، هي أن يلجأ إلى المعاملات غير الشرعية، والكسب الحرام كالسرقة والغش وآكل مال الناس بالباطل.

---

(1) سورة الإسراء: آية.١٠٠

(2) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص٢٢٥٢.

(3) سورة يس: آية٤٧.

القسم الثاني: أنواع الخوف الخاصة بالمؤمن وعلاماته

فكما أن هناك أنواع من الخوف يشترك فيها جميع الناس فإن هناك أنواعاً أخرى خاصة بالمؤمن، ولها علامات تظهر في سلوك الخائف لذا يتناول هذا المطلب بيان هذه الأنواع وتوضيحاً لأهم علاماتها:

القسم الثاني: المخاوف الخاصة بالمؤمن

يمكن إجمال المخاوف التي يختص بها المؤمن بما يلي:

أ. الخوف من الله تعالى

حينما يذكر الخوف من الله تعالى فإنه يعني تلك الهيبة والخشية التي يجدها المؤمن في قلبه، فتظهر على جميع جوارحه فينزجر عن كلّ المعاصي التي نهى الله عنها، ويفعل كلّ الطاعات التي أمر بها.

والخوف من الله تعالى أمر فطري عند الإنسان، وعند جميع المخلوقات حتى الجمادات، قال تعالى: ﴿ ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُم مِّنْ بَعْدِ ذَٰلِكَ فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً ۚ وَإِنَّ مِنَ الْحِجَارَةِ لَمَا يَتَفَجَّرُ مِنْهُ الْأَنْهَارُ ۚ وَإِنَّ مِنْهَا لَمَا يَشَّقَّقُ فَيَخْرُجُ مِنْهُ الْمَاءُ ۚ وَإِنَّ مِنْهَا لَمَا يَهْبِطُ مِنْ خَشْيَةِ اللَّهِ ۗ وَمَا اللَّهُ بِغَافِلٍ عَمَّا تَعْمَلُونَ ﴾[1]، حتى إبليس ساعة الجدّ يعلن خوفه من الله تعالى لقوله عزّ وجلّ: ﴿ وَإِذْ زَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ وَقَالَ لَا غَالِبَ لَكُمُ الْيَوْمَ مِنَ النَّاسِ وَإِنِّي جَارٌ لَّكُمْ ۖ فَلَمَّا

---

[1] سورة البقرة: آية ٧٤.

تَرَآءَتِ ٱلْفِئَتَانِ نَكَصَ عَلَىٰ عَقِبَيْهِ وَقَالَ إِنِّى بَرِىٓءٌ مِّنكُمْ إِنِّىٓ أَرَىٰ مَا لَا تَرَوْنَ إِنِّىٓ أَخَافُ ٱللَّهَ ۚ وَٱللَّهُ شَدِيدُ ٱلْعِقَابِ ﴾[1]، لكنه خوف مزعوم، فهو ليس متبوع بعمل ترجمته على أرض الواقع، فهو خوف حبيس في أعماق نفسه فقط، وفي أكثر من موضع من القرآن الكريم يعلن إبليس خوفه المزعوم منها في قوله تعالى: ﴿ كَمَثَلِ ٱلشَّيْطَٰنِ إِذْ قَالَ لِلْإِنسَٰنِ ٱكْفُرْ فَلَمَّا كَفَرَ قَالَ إِنِّى بَرِىٓءٌ مِّنكَ إِنِّىٓ أَخَافُ ٱللَّهَ رَبَّ ٱلْعَٰلَمِينَ ﴾[2].

وقد جعل القرآن الكريم الخوف من الله تعالى علامة الإيمان لقوله تعالى: ﴿ إِنَّمَا ذَٰلِكُمُ ٱلشَّيْطَٰنُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَآءَهُۥ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ ﴾[3]، وجعله أصل كلّ خير في الدنيا والآخرة، حيث قال مالك ابن دينار: "علامة الخوف اجتناب ما نهى الله عنه" وقال أبو سليمان: "ما فارق الخوف قلباً إلا خرب".

ويرتبط الخوف من الله تعالى بالعلم والمعرفة، فكلما ازداد الإنسان علماً بالله تعالى وصفاته وأفعاله، ازداد خوفه منه، واقترن هذا الخوف بالتعظيم، وهو ما يسمى بالخشية، وهي مرتبة أخص من الخوف لذلك كان الخوف لعامة المؤمنين، والخشية للعلماء العارفين[4]. قال تعالى: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى ٱللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ ٱلْعُلَمَٰٓؤُا۟ ﴾[5].

---

(1) سورة الأنفال: آية ٤٨.

(2) سورة الحشر: آية ١٦.

(3) سورة آل عمران: آية ١٧٥.

(4) ابن قيم الجوزية: **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص٣٢٠.

(5) سورة فاطر: آية ٢٨.

أوجه الخوف من الله تعالى:

قيل الخوف على ضربين: رهبة وخشية:

فصاحب الرهبة يلتجئ إلى الهروب إذا خاف، وصاحب الخشية يلتجئ إلى الرب[1].

وقيل الخوف على ثلاثة أوجه[2]:

١. __خوف الآجلة__: فقد ذكر الله وقرنه بالإيمان، قال تبارك وتعالى: ﴿ فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ ﴾[3].

٢. __خوف الأواسط__: قال تعالى: ﴿ وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ جَنَّتَانِ ﴾[4].

٣. __خوف العامة__: قال تعالى: ﴿يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ ٱلْقُلُوبُ وَٱلْأَبْصَـٰرُ ﴾[5].

وخوف أهل الخصوص فهم الذين لو قسمت ذرة من خوفه على الأرض لسعد كل الناس بما قسم لهم من هذا الخوف المبارك، وخوفهم هو خوف الأكابر، يخافون القطع، بينما الأصاغر يخافون العقوبة.

لذلك كان أنبياء الله تعالى – عليهم الصلاة والسلام – أكثر الناس خشية لله تعالى، ويأتي سيد الخلق محمد ﷺ في مقدمتهم، فقد روي عن عائشة رضي الله عنها أن النبي ﷺ

---

(١) الحفني، عبد المنعم، الموسوعة الصوفية، القاهرة، مكتبة مدبولي، ٢٠٠٣، ص ٧٤٢.

(٢) انظر: المرجع السابق، ص ٧٤٢-٧٤٣.

(٣) سورة آل عمران: آية ١٧٥.

(٤) سورة الرحمن: آية ٤٦.

(٥) سورة النور: آية ٣٧.

صنع شيئاً فرخص فيه، فتنزه عنه قوم، فبلغ ذلك النبي ﷺ فخطب وحمد الله، ثم قال: **"ما بال أقوام يتنزهون عن الشيء أصنعه، فوالله إني لأعلمهم بالله وأشدهم له خشية"**[1].

فالخوف من الله تعالى على مقامين؛ المقام الأول يشترك فيه أغلب المؤمنين، فيحرصون على الابتعاد عن المعاصي التي تغضب الله تعالى خوفاً منه سبحانه، والمقام الثاني وهو أعلى رتبة من المقام الأول وهو خوف العارفين، فهؤلاء بالرغم من ابتعادهم عن المعاصي، والتقرب إلى الله سبحانه وتعالى بالطاعات إلاّ أن قلوبهم تبقى خائفة من سوء الخاتمة وسوء المنقلب، فهم لا يدرون بما يختم لهم[2].

والخوف من الله تعالى وإن كان أمراً فطرياً عند الإنسان إلا أن الناس يتفاوتون في درجته، فهم ما بين مفرط ومعتدل ومقصر، وقد أشار الغزالي إلى هذا حيث بيّن أن للخوف قصوراً وإفراطاً واعتدالاً، والمحمود هو الاعتدال والوسط، فأما القاصر منه، فهو الذي يخطر بالبال عند سماع آية من القرآن، فيورث البكاء وتفيض الدموع، وكذلك عند مشاهدة سبب قوي فإذا زال السبب، عاد إلى ما كان عليه من الغفلة، وزال خوفه، وأما المُفرِط فهو الذي يقوى ويجاوز الحد، فيؤدي به إلى القنوط، والضعف والمرض، وأحياناً إلى الموت، وهذه الدرجة من الخوف مذمومة، لأن فائدة الخوف هي الورع، والتقوى والمجاهدة والعبادة، والفكر وسائر الأسباب الموصلة إلى الله تعالى، وكلّ ذلك يستدعي الحياة مع صحة البدن، وسلامة العقل، وكلّ ما يفوت هذه الأسباب فهو مذموم[3].

---

(1) أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب الأحزاب، باب من لم يواجه الناس بالعتاب، باب رقم٧٢ ، حديث رقم ٦١٠١، ص ٨٥.

(2) انظر: المكي، محمد بن علي بن عطية، **قوت القلوب في معاملة المحبوب**، بيروت، دار الكتب العلمية، ١٩٩٧، ج١، ص ٣٩٩.

(3) انظر: الغزالي، إحياء علوم الدين، مرجع سابق، ص .

فالخوف من الله تعالى إذا خرج عن حدّ الاعتدال يصبح مذموماً، لأن المبالغة فيه تؤدي إلى أضرار كبيرة فقد تؤدي إلى اليأس والقنوط، وبالتالي إلى عرقلة أعمال الإنسان، ولن يؤدي الخوف في هذه الحالة وظيفته الطبيعية من تقويم الاعوجاج وضبط السلوك الإنساني.

ب. الخوف من عذاب الله في الدنيا

فكما يخاف المؤمن من الله تعالى ويخشاه، فهو يخاف من عذابه الذي قد يحلّ عليه في الدنيا بسبب الذنوب، وقد وصف الله تعالى عذابه بأنه أليم وشديد فقال تعالى: ﴿ وَأَنَّ عَذَابِي هُوَ ٱلْعَذَابُ ٱلْأَلِيمُ ﴾[1]، وقوله: ﴿ إِنَّ عَذَابَ رَبِّكَ كَانَ مَحْذُورًا ﴾[2]، وقوله تعالى: ﴿ إِنَّ بَطْشَ رَبِّكَ لَشَدِيدٌ ﴾[3]، وقوله تعالى: ﴿ لِّيُنذِرَ بَأْسًا شَدِيدًا مِّن لَّدُنْهُ ﴾[4]، فقد جاء في تفسير هذه الآية "أي عاجل عقوبته في الدنيا، وعذاباً أليماً في الآخرة"[5].

لذلك ما من نبيٍّ إلا خوّف قومه بما نزل بالأمم السابقة من عذاب بسبب تكذيبهم رسلهم، وقد جاء هذا التخويف على لسان الرجل المؤمن من قوم فرعون أيضاً، قال تعالى: ﴿ وَقَالَ ٱلَّذِىٓ ءَامَنَ يَٰقَوْمِ إِنِّىٓ أَخَافُ عَلَيْكُم مِّثْلَ يَوْمِ ٱلْأَحْزَابِ ﴾[6]، فقد خوفهم بما حلَّ بالأحزاب بسبب كفرهم، فيخاف أن ينزل بهم ما نزل بالأمم السابقة إن أقاموا على كفرهم وذنوبهم، كما ذكرهم بما حلّ بقوم نوح وعاد وثمود، فقال سبحانه وتعالى عن قوم ثمود: ﴿ إِنَّآ

---

(1) سورة الحجر: آية ٥٠.

(2) سورة الإسراء: آية ٥٧.

(3) سورة البروج: آية ١٢.

(4) سورة الكهف: آية ٢.

(5) القرطبي: **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ص ٢٢٦.

(6) سورة غافر: آية ٣٠.

أَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ صَيْحَةً وَاحِدَةً فَكَانُوا۟ كَهَشِيمِ ٱلْمُحْتَظِرِ ﴾[1]، وعن قوم عاد: ﴿ إِنَّآ أَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِى يَوْمِ نَحْسٍ مُّسْتَمِرٍّ ﴿١٩﴾ تَنزِعُ ٱلنَّاسَ كَأَنَّهُمْ أَعْجَازُ نَخْلٍ مُّنقَعِرٍ ﴾[2]، فقد روي أن من شدة هذه الريح الباردة أنه كانت تنزعهم من مواضعهم نزعاً فتطرحهم، فكانت تلقي الرجل على رأسه فيتفتت رأسه وعنقه وما يلي ذلك من بدنه لذلك شبههم بأعجاز النخل المنقعر"[3].

وقد بيّن القرآن الكريم أن ارتكاب المعاصي والذنوب سبب لإحلال العقوبة في الدنيا قال تعالى: ﴿ أَفَأَمِنَ ٱلَّذِينَ مَكَرُوا۟ ٱلسَّيِّـَٔاتِ أَن يَخْسِفَ ٱللَّهُ بِهِمُ ٱلْأَرْضَ أَوْ يَأْتِيَهُمُ ٱلْعَذَابُ مِنْ حَيْثُ لَا يَشْعُرُونَ ﴿٤٥﴾ أَوْ يَأْخُذَهُمْ فِى تَقَلُّبِهِمْ فَمَا هُم بِمُعْجِزِينَ ﴿٤٦﴾ أَوْ يَأْخُذَهُمْ عَلَىٰ تَخَوُّفٍ فَإِنَّ رَبَّكُمْ لَرَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴾[4]، فالله تعالى في هذه الآية يبين أن السيئات سبب في إنزال العقوبة وأن من يفعل السيئات يجب أن لا يأمن أن يأتيه العذاب، كأن يخسف به الأرض كما فعل بقارون، أو يأتيه العذاب من حيث لا يشعر كما فعل بقوم لوط، أو يهلكهم على فرشهم، أو يأخذ طائفة ويترك أخرى، فتخاف الباقية أن ينزل بها ما نزل بصاحبتها[5].

---

(1) سورة القمر: آية ٣١.

(2) سورة القمر: آية ١٩-٢٠.

(3) انظر: ابن عطية، **المحرر الوجيز**، مرجع سابق، ج٥، ص ٢١٦.

(4) سورة النحل: آية ٤٥-٤٧.

(5) انظر: الشوكاني: **فتح القدير**، مرجع سابق، ج١٠، ص ٧٣.

وقد تكرر في القرآن الكريم التأكيد على سنة من سنن الله تعالى، وهي إحلال العقوبة على الأمم السابقة بسبب ذنوبها، وهي سنة ثابتة لذا كثر في القرآن الكريم لفت الأنظار إلى مصارع الأمم السابقة قال تعالى:"﴿ فَهَلْ يَنظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ ٱلْأَوَّلِينَ ۚ فَلَن تَجِدَ لِسُنَّتِ ٱللَّهِ تَبْدِيلًا ۖ وَلَن تَجِدَ لِسُنَّتِ ٱللَّهِ تَحْوِيلًا ﴾(1). فالأمور لا تمضي في الناس جزافاً ولا عبثاً، فهي خاضعة لنواميس ثابتة لا تتبدل، ويوجه أنظارهم إلى مصداق هذا فيما وقع للأجيال قبلهم، ودلالة ذلك الماضي على ثبات السنة واطراد النواميس"(2).

كما أن كثرة التوجيهات الإلهية في القرآن الكريم للسير في الأرض والنظر والتدبر في مصارع من مضوا من شأنها أن تثير الخوف لدى الإنسان من عذاب الله، وعقابه إذا عصاه قال تعالى: ﴿ أَوَلَمْ يَسِيرُوا۟ فِى ٱلْأَرْضِ فَيَنظُرُوا۟ كَيْفَ كَانَ عَـٰقِبَةُ ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ وَكَانُوٓا۟ أَشَدَّ مِنْهُمْ قُوَّةً ۚ وَمَا كَانَ ٱللَّهُ لِيُعْجِزَهُۥ مِن شَىْءٍ فِى ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَلَا فِى ٱلْأَرْضِ ۚ إِنَّهُۥ كَانَ عَلِيمًا قَدِيرًا ﴾(3). فتعجيل الله تعالى بالعقوبة لأهل المعاصي هو لأجل التخويف، وأخذ العبرة مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ ظَهَرَ ٱلْفَسَادُ فِى ٱلْبَرِّ وَٱلْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِى ٱلنَّاسِ لِيُذِيقَهُم بَعْضَ ٱلَّذِى عَمِلُوا۟ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ ﴾(4). فظهور

---

(1) سورة فاطر: آية ٤٣.

(2) قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص٢٩٥٠.

(3) سورة فاطر: آية ٤٤.

(4) سورة الروم: آية ٤١.

الفساد واستعلاؤه لا يتم عبثاً، ولا صدفة، إنما هو من تدابير الله عزّ وجلّ، ليذيق الناس بعض ما عملوا من الشر والفساد لعلهم يرجعون إلى الله تعالى ويعزمون على مقاومة الفساد[1].

ج. الخوف من عذاب الله في الآخرة

وهو خوف مهم في حياة المؤمن، إذ يدفعه إلى كلّ خير واجتناب كلّ شر قال تعالى: ﴿ قُلْ إِنِّيٓ أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ ﴾[2]. فالمؤمن كما يخاف عذاب الله في الدنيا فهو يخاف عذاب الآخرة أيضاً لقوله تعالى: ﴿ إِنَّا نَخَافُ مِن رَّبِّنَا يَوْمًا عَبُوسًا قَمْطَرِيرًا ﴾[3]. ولا شك أن خوف المؤمن من عذاب الآخرة أكبر لأنه أشد وأبقى لقوله تعالى: ﴿وَلَعَذَابُ ٱلْأَخِرَةِ أَشَدُّ وَأَبْقَىٰٓ ﴾[4].

وقد أفاض القرآن الكريم في وصف عذاب يوم القيامة في كثير من آياته، ومن هذه الآيات قوله تعالى: ﴿ وَتَرَى ٱلْمُجْرِمِينَ يَوْمَئِذٍ مُّقَرَّنِينَ فِي ٱلْأَصْفَادِ ﴿٤٩﴾ سَرَابِيلُهُم مِّن قَطِرَانٍ وَتَغْشَىٰ وُجُوهَهُمُ ٱلنَّارُ ﴾[5]. وقوله تعالى: ﴿ إِنَّ شَجَرَتَ ٱلزَّقُّومِ ﴿٤٣﴾ طَعَامُ ٱلْأَثِيمِ ﴿٤٤﴾ كَٱلْمُهْلِ يَغْلِي فِي ٱلْبُطُونِ ﴿٤٥﴾ كَغَلْيِ ٱلْحَمِيمِ ﴿٤٦﴾ خُذُوهُ فَٱعْتِلُوهُ إِلَىٰ سَوَآءِ ٱلْجَحِيمِ ﴿٤٧﴾ ثُمَّ صُبُّوا۟ فَوْقَ رَأْسِهِۦ مِنْ عَذَابِ ٱلْحَمِيمِ ﴿٤٨﴾ ذُقْ إِنَّكَ أَنتَ

---

[1] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٥، ص٢٧٧٣.

[2] سورة الزمر: آية ١٣.

[3] سورة الإنسان: آية ١٠.

[4] سورة طه: آية ١٢٧.

[5] سورة إبراهيم: آية ٤٩-٥٠.

ٱلْعَزِيزُ ٱلْكَرِيمُ ﴾[1]. وكلّ ذلك من شأنه أن يثير الخوف في النفوس فيدعوهم خوفهم إلى تقوى الله تعالى مصداقاً لقوله عز وجل: ﴿ لَهُم مِّن فَوْقِهِمْ ظُلَلٌ مِّنَ ٱلنَّارِ وَمِن تَحْتِهِمْ ظُلَلٌ ۚ ذَٰلِكَ يُخَوِّفُ ٱللَّهُ بِهِۦ عِبَادَهُۥ ۚ يَٰعِبَادِ فَٱتَّقُونِ ﴾[2]. فيصور الله ﷻ مشهد النار في هيئة ظلل من فوقهم وظلل من تحتهم، وهم في طيات هذه الظلل المعتمة تلفهم وتحتويهم، وذكر هذه الصور والمشاهد للعذاب الذي ينتظر العصاة يوم القيامة هي من أجل التخويف، ليحذروا مغبة ذلك فيجتنبوا ما من شأنه أن يؤدي إليه[3].

وقد امتدح الله عباده المؤمنين لخوفهم العذاب في الآخرة قائلاً: ﴿ عَيْنًا يَشْرَبُ بِهَا عِبَادُ ٱللَّهِ يُفَجِّرُونَهَا تَفْجِيرًا ۞ يُوفُونَ بِٱلنَّذْرِ وَيَخَافُونَ يَوْمًا كَانَ شَرُّهُۥ مُسْتَطِيرًا)[4]، وعاب على الكفار عدم خوفهم من الآخرة قائلاً: ﴿ كَلَّا ۖ بَل لَّا يَخَافُونَ ٱلْءَاخِرَةَ ﴾[5] وذلك في سياق الحديث عن سبب دخولهم النار، وهو ابتعادهم عن الأعمال الصالحة لتكذيبهم باليوم الآخر، وعدم خوفهم منه.

---

(1) سورة الدخان: آية ٤٣-٤٩.

(2) سورة الزمر: آية ١٦.

(3) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٥، ص٣٠٤٥.

(4) سورة الإنسان: آية ٦-٧.

(5) سورة المدثر: آية ٥٣.

وبعد هذا العرض لأنواع الخوف الخاصة بالمؤمن، والمتمثلة بالخوف من الله تعالى، والخوف من عذابه في الدنيا والآخرة، فقد يتبادر للبعض بأن الخوف من الله تعالى هو نفسه الخوف من عذابه، ويجاب على ذلك بأن المؤمنين في خوفهم من الله تعالى على قسمين؛ قسم يخاف معصيته وجنايته، فهو يخاف أن يعذبه الله تعالى على ذلك وهو خوف الصالحين، وقسم يخاف الله تعالى نفسه لصفته وجلاله وأوصافه التي تقتضي الهيبة والخشية لا محالة، وهذا أعلى رتبة وهو ثمرة المعرفة بالله تعالى، فكلّ من عرف الله، وعرف صفاته، علم من صفاته ما هو جدير بأن يخافه من غير جناية[1].

المطلب الثاني: علامات الخوف من الله تعالى وعذابه

ذكرت في المبحث الأول من هذا الفصل أن للخوف أعراضاً قد تظهر على جسد الخائف وسلوكه، وأكثر هذه الأعراض تظهر على جسد الخائف من أمور مادية محسوسة، ولكن الحديث عن علامات الخوف من الله تعالى لا تعني تلك العلامات الطارئة، التي تظهر عندما يتعرض الإنسان لمثيرات خوف محسوسة؛ كالخوف من عدو أو حيوان مفترس، وإنما هي علامات سلوكية تصاحب الخائف منه سبحانه ومن عذابه وأهم هذه العلامات:

١. البكاء عند ذكره تعالى وتلاوة كتابه

قال تعالى: ﴿ وَيَقُولُونَ سُبْحَٰنَ رَبِّنَآ إِن كَانَ وَعْدُ رَبِّنَا لَمَفْعُولاً ﴿١٠٨﴾ وَيَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا ﴾[2].

---

[1] انظر: الغزالي، **إحياء علوم الدين**، مرجع سابق، ج٤، ص ١٥٩.

[2] سورة الإسراء: آية ١٠٩.

وقد كان صحابته ﷺ من أكثر الناس بكاءً عند تلاوة القرآن الكريم خشية لله تعالى، فقد كان أبو بكر الصديق ﷺ لكثرة بكائه عند تلاوة القرآن الكريم أن اعتذرت السيدة عائشة رضي الله عنها للنبي ﷺ حين أمر أبا بكر الصديق، أن يصلي بالناس في مرض موته ﷺ فقالت: إن أبا بكر كثير البكاء، فلا يسمع الناس فكرّر رسول الله ﷺأمره، وقال: مروا أبا بكر يصلي بالناس"[1]، ومما ترويه السيدة عائشة في صفة أبيها هذه قولها: "لم أعقل أبوي إلا وهما يدينان الدين، ولم يمر علينا يوم إلا يأتينا فيه رسول الله ﷺ طرفي النهار، بكرة وعشية، ثم بدا لأبي بكر فابتنى مسجداً بفناء داره، فكان يصلي فيه ويقرأ القرآن فيقف عليه نساء المشركين وأبناؤهم، يعجبون منه، وينظرون إليه، وكان أبو بكر رجلاً بكاءً لا يملك عينيه إذا قرأ القرآن، فأفزع ذلك أشراف قريش من المشركين"[2]. والمتأمل لسيرة سلفنا الصالح يجد أمثلة كثيرة ومواقف تدل على خوفهم من الله تعالى وكثرة بكائهم خشية له، إنها ثمرة التربية الإيمانية الصادقة التي ربي عليها رسول الله ﷺ ذاك الجيل.

٢. سريان القشعريرة في جلودهم عند سماع القرآن الكريم

قال تعالى: ﴿ ٱللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ ٱلْحَدِيثِ كِتَـٰبًا مُّتَشَـٰبِهًا مَّثَانِىَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ ٱلَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ ٱللَّهِ ﴾[3]، فالعارفين بالله،

---

(١) أخرجه البخاري، في صحيحه، كتاب الأذان، باب الرجل يأتم بالإمام ويأتم الناس بالمأموم، باب رقم٦٨ ، حديث رقم٧١٣ ، ص ١٥٠.

(٢) أخرجه البخاري في صحيحه، كتاب الصلاة، باب المسجد يكون في الطريق من غير ضرر بالناس، باب رقم ٨٦، حديث رقم ٤٧٦، ص ١١٢.

(٣) سورة الزمر: آية ٢٣.

الخائفين منه ومن عقوبته عند سماع ذكره، وتلاوة كتابه، يبكون من خشية الله تعالى وتسري القشعريرة في قلوبهم، وترق وتخشع لذكر الله تعالى[1].

٣. كثرة القيام والدعاء والابتهال إلى الله تعالى

قال تبارك وتعالى: ﴿ تَتَجَافَىٰ جُنُوبُهُمْ عَنِ ٱلْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا ﴾[2]، فالخائف من الله سبحانه وتعالى لا يستجيب لنداء الراحة والنوم، فهو مشغول دائماً بربه، شغلا بالوقوف في حضرته، وبالتوجه بالدعاء إليه، يتنازعه الخوف والرجاء، الخوف من عذابه وغضبه، والرجاء، والطمع في رحمته ورضاه.

وكذلك كان صحابته ﷺ فقد روي أن شداد بن أوس كان إذا دخل الفراش يتقلب على فراشه، لا يأتيه النوم، فيقول: "اللهم إن النار أذهبت مني النوم، فيقوم فيصلي حتى يصبح"[3].

٤. الإكثار من الصدقة

فالخوف من الله تعالى ومن عذابه هو الذي يدفع المؤمن إلى التصدق على الفقراء والمحتاجين، ويطعمهم لوجه الله لا يبتغي بذلك جزاءً ولا شكورا فهو يتقي بذلك يوماً شديد العبوس لشدة هوله وما فيه من عذاب[4]، قال تعالى: ﴿ إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ ٱللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمْ جَزَآءً وَلَا شُكُورًا ۝ إِنَّا نَخَافُ مِن رَّبِّنَا يَوْمًا عَبُوسًا قَمْطَرِيرًا ﴾[5]، فهم يتقون

---

(1) انظر: القرطبي، **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص ٤١.

(2) سورة السجدة: آية ١٦.

(3) ابن الأثير، علي بن محمد الجزري، **أسد الغابة في معرفة الصحابة**، تحقيق محمد البنا، ومحمد عاشور، ومحمود فايد، دار الشعب، د.ت، ج٢، ص ٥٠٧.

(4) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص ٣٧٨١-٣٧٨٢.

(5) سورة الإنسان: آية ٩-١٠.

بصدقاتهم شرّ النار يوم القيامة امتثالاً لتوجيهات الرسول ﷺ فقد روي عنه أنه قال: "اتقوا النار ولو بشق تمرة"[1].

٥. الخوف من عدم القبول

فالذي يخاف الله تعالى وعذابه يأتي كلّ ما يأتيه من الطاعات والعبادات وقلبه خائف من عدم القبول، لقول تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ يُؤْتُونَ مَآ ءَاتَوا۟ وَّقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَٰجِعُونَ ﴾[2]، وقد سألت السيدة عائشة عن هذه الآية فقالت: أهم الذين يشربون الخمر ويسرقون قال: لا يا بنت الصديق، ولكنهم الذين يصومون ويتصدقون، وهم يخافون أن لا يقبل منهم، أولئك الذين يسارعون في الخيرات وهم لها سابقون"[3]. وهذا هو الإشفاق على العمل، أن يصير إلى الضياع، أي يخاف على عمله أن يكون من الأعمال التي قال الله فيها[4]: ﴿ وَقَدِمْنَآ إِلَىٰ مَا عَمِلُوا۟ مِنْ عَمَلٍ فَجَعَلْنَٰهُ هَبَآءً مَّنثُورًا ﴾[5]. فقلب المؤمن الخائف يستشعر آلاء الله ويحسها في كلّ نفس وكلّ نبضة، ومن ثم فهو يستصغر كلّ عباداته، وطاعاته إلى جانب نعم الله تعالى عليه في كلّ شيء من حوله وهو يشعر بالهيبة والوجل، ويشفق أن يلقى الله تعالى وهو مقصر، لم يوفه حقه عبادة وطاعة"[6].

---

(١) أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب الزكاة، باب اتقوا النار ولو بشق تمرة، باب رقم ٩/١٠، حديث رقم ١٤١٦، ص ٢٩٩.

(٢) سورة المؤمنون: آية ٦٠.

(٣) أخرجه الترمذي في سننه، **أبواب التفسير**، باب ومن سورة المؤمنين، حديث رقم ٣٢٢٥، ص ٩، وفي الزوائد في إسناده عثمان بن إسماعيل ولم أرَ من تكلم فيه وباقي رجال الإسناد موثوقون.

(٤) ابن القيم، **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص ٣٢٣.

(٥) سورة الفرقان: آية ٢٣.

(٦) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص ٢٤٧٢.

٦. **قبول الموعظة ورقة القلب**

فالذي ينتفع بالذكر ذلك الذي يستشعر قلبه التقوى، فيخشى غضب الله وعذابه، فالقلب الحي يتوجس ويخشى مذ يعلم أن للوجود خالقاً[١]. فمما يروى أنه: "شكا واعظ إلى بعض الحكماء فقال: ألا ترى إلى هؤلاء أعظهم وأذكرهم فلا يرقّون؟ فقال: كيف تنفع الموعظة من لم يكن في قلبه لله تعالى مخافة"[٢]، وتصديق ذلك قوله تعالى: ﴿ سَيَذَّكَّرُ مَن يَخْشَىٰ ۝ وَيَتَجَنَّبُهَا ٱلْأَشْقَى﴾[٣].

وقد بيّن الله تعالى للرسول حدود وظيفته، وهي إنذار من يخاف الله تعالى وعذابه لأنه هو المنتفع بالموعظة والتذكير، وأما غيره من لا يخاف الله فلا يغني عنه النذر[٤]، قال تعالى: ﴿إِنَّمَا تُنذِرُ ٱلَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِٱلْغَيْبِ وَأَقَامُواْ ٱلصَّلَوٰةَ ﴾[٥]، فمع أن الله ﷻ أرسل رسوله لإنذار كافة الناس إلا أنه حصر الإنذار بالذين يخشون ربهم ويقيموا الصلاة ذلك أنهم هم المنتفعون بالإنذار دون غيرهم[٦].

فالمؤمن الذي يخشى الله تعالى إذا ذكر به وجل قلبه، وخاف وحذر مخالفته، وقد وصف الله تعالى قلوب المؤمنين عند ذكره بالخوف والوجل لقوة يقينهم ومراعاتهم لربهم

---

[١] المرجع السابق، ج٦، ص ٣٨٩٣.

[٢] المكي، **قوت القلوب**، مرجع سابق، ج١، ص ٣٩٧-٣٩٨.

[٣] سورة الأعلى: آية ١٠-١١.

[٤] انظر: القونوي، **حاشية القونوي**، مرجع سابق، ج٢٠، ص ٨١.

[٥] سورة فاطر: آية ١٨.

[٦] المرجع السابق، ج١٦، ص ٤٦-٤٧.

وكأنهم بين يديه[1]، قال تعالى: ﴿ ٱلَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ ٱللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَٱلصَّٰبِرِينَ عَلَىٰ مَآ أَصَابَهُمْ وَٱلْمُقِيمِى ٱلصَّلَوٰةِ وَمِمَّا رَزَقْنَٰهُمْ يُنفِقُونَ ﴾[2].

٦. أخذ العبرة والانتفاع بالأحداث الماضية

فالمؤمن الذي يخاف الله تعالى وعذابه في الدنيا والآخرة هو الذي يعتبر بما حلّ بالأمم السابقة فيبتعد عن أفعالهم التي أودت بهم إلى الهلاك، فقال تعالى بعد إهلاك أصحاب الفاحشة من قوم لوط: ﴿ وَتَرَكْنَا فِيهَآ ءَايَةً لِّلَّذِينَ يَخَافُونَ ٱلْعَذَابَ ٱلْأَلِيمَ ﴾[3]، وقال تعالى أيضاً بعد إهلاك فرعون وجنوده بإغراقهم في البحر: ﴿ إِنَّ فِى ذَٰلِكَ لَعِبْرَةً لِّمَن يَخْشَىٰٓ ﴾[4].

فالذي يعرف ربه ويخشاه يدرك ما في حادث فرعون من العبرة لسواه، وأما الذي لا يخشى الله فبينه وبين العبرة والعظة حاجز كبير، حتى يصطدم بالعاقبة اصطداماً[5].

فبعد هذا العرض لعلامات الخوف من الله تعالى يمكنني أن أجمل القول في أن الخائف من الله تعالى وعذابه لابد وأن تلمس خوفه في جميع جوانب شخصيته، فهو ملتزم بتقوى الله تعالى ظاهراً وباطناً، مبادر إليه بجميع الخيرات، فتلمس الاستقامة في سلوكه كله، مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ يَصِلُونَ مَآ أَمَرَ ٱللَّهُ بِهِۦٓ أَن يُوصَلَ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُونَ

---

[1] انظر: القرطبي، **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ج١٢، ص ٤٠.
[2] سورة الحج: آية ٣٥.
[3] سورة الذاريات: آية ٣٧.
[4] سورة النازعات: آية ٢٦.
[5] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص ٣٨١٦.

سُوٓءَ ٱلْحِسَابِ ﴾[1]، إنها الطاعة الكاملة، والاستقامة الواصلة، والسير على السنة وفق الناموس بلا انحراف ولا التواء، إنها الطاعة والاستقامة المطلقة ممن يخاف الله ويخاف سوء الحساب[2].

---

(1) سورة الرعد: آية ٢١.

(2) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص ٢٠٥٧.

خلاصة الفصل الأول

من خلال العرض السابق لمفهوم الخوف لغة واصطلاحا، وبيان لأهم أعراضه الفسيولوجية والسلوكية مع توضيح لأهم أنواعه، يمكن للباحثة أن تخرج بخلاصة لهذا الفصل مفادها، أن الخوف من المصطلحات الواردة في القران الكريم وأحاديث الرسول ﷺ يدور معناه حول الفزع، وتوقع مكروه في الاستقبال، والقتال.

كما تبين للباحثة أن هناك مفاهيم قريبة لمفهوم الخوف، وليست مرادفة له تمثلت، بالخشية، والقلق.

وباستعراض المعنى الاصطلاحي للخوف في الفكر الإسلامي والفكر الغربي، وجدت الباحثة أن علماء المسلمين، ركزوا في تعريفهم على الخوف من الله تعالى وعذابه، وان علماء النفس الغربيين اخرجوا الخوف من الله تعالى من تعريفاتهم حين ربطوا الخوف بالمثيرات المادية المدركة في البيئة المحيطة. وقد استطاعت الباحثة أن تخرج بتعريف شامل للخوف وهو أنه "حالة انفعالية غريزية في الإنسان تثيرها مواقف معينة، يسلك فيه الفرد سلوكا يقيه الخطر ويرافقها تغيرات فسيولوجية.

كما توصلت الباحثة إلى أهم الأعراض التي تظهر على الإنسان الخائف تمثلت باضطراب حركة العين، وشحوب لون البشرة، وارتعاش الأطراف، واضطراب حركة القلب، وتغير النفس، إضافة إلى الأعراض السلوكية التي تتمثل بالهروب والإحجام أو بالهجوم والإقدام.

كما أنها صنفت المخاوف التي يتعرض لها الناس إلى صنفين، ضمّ الصنف الأول المخاوف التي يشترك فيها عامة الناس، حيث اندرج تحتها، الخوف من الحيوانات المؤذية، والخوف من بعض الظواهر الطبيعية كالبرق والرعد، والخوف من الأعداء، والخوف من أصحاب السلطة، والخوف الاجتماعي، والخوف من المرض، والخوف من الموت، والخوف من القبر، والخوف من أهوال يوم القيامة، والخوف من الفتر. وضمّ الصنف الثاني المخاوف الخاصة بالمؤمن، حيث اندرج تحتها، الخوف من الله تعالى، والخوف من عذابه في الدنيا، والخوف من عذابه في الآخرة. كما توصلت إلى أن هذه المخاوف قد تزيد عن حالتها العادية، ويتطور إلى حالات من الخوف المرضي وهو يسمى في علم النفس (فوبيا) وهي خوف مرضي من موضوع أو شيء أو موقف لا يستثير عادة الخوف لدى عامة الناس وأسويائهم، من هنا يكتسب طابعه المرضي كالخوف من الأماكن المفتوحة[1].

وقد اختتمت الفصل ببيان علامات الخوف من الله تعالى، حيث أجملتها بالبكاء عند ذكره تعالى، وسريان القشعريرة في الجلود عند سماع القران الكريم، والإكثار من الطاعات والأعمال الصالحة، والخوف من عدم القبول، وقبول الموعظة، وأخذ العبرة والانتفاع بالأحداث الماضية.

---

[1] طه، فرج، عبد القادر، موسوعة علم النفس، مرجع سابق، ص ١٤٢.

الفصل الثاني

الخوف: أهميته وآثاره والعوامل المؤثرة فيه

من خلال ما تمّ عرضه، فقد تبين لنا أن الخوف من الانفعالات الهامة التي، أولاها الإسلام عناية كبيرة. ونظرا لما يؤديه الخوف من دور كبير في حياة الإنسان، فقد راعى الإسلام هذا الانفعال، حتى ظهرت آثاره في كثير من الأحكام الفقهية.

كما أن هذا الانفعال يتأثر بعدد من العوامل الفطرية، والوراثية، والبيئية، لذا كان لابد من بيان أهمية الخوف، وتوضيح آثاره في الأحكام الفقهية، إضافة إلى بسط العوامل المؤثرة فيه، وعليه فقد جاء هذا الفصل وفق المباحث الآتية:

- المبحث الأول: الخوف: أهميته وآثاره في الأحكام الفقهية.
- المبحث الثاني: العوامل المؤثرة في الخوف.

المبحث الأول

الخوف: أهميته وآثاره في الأحكام الفقهية

يتعرض هذا المبحث لبيان أهمية الخوف عند الإنسان وآثاره في الأحكام الفقهية، وقد جاء هذا المبحث في مطلبين:

المطلب الأول: أهمية الخوف

أولا:أهمية الخوف من الله تعالى

للخوف من الله تعالى أهمية كبرى في حياة المؤمن، سواءً في حياته الدنيا، أم في حياته الآخرة، وتتجلى هذه الأهمية بما يلي:

أ. في الحياة الدنيا

١. يدفع الخوف من الله تعالى ومن عذابه صاحبه إلى العمل الصالح، لقوله تعالى: ﴿ فِي بُيُوتٍ أَذِنَ ٱللَّهُ أَن تُرۡفَعَ وَيُذۡكَرَ فِيهَا ٱسۡمُهُۥ يُسَبِّحُ لَهُۥ فِيهَا بِٱلۡغُدُوِّ وَٱلۡأٓصَالِ ۝ رِجَالٞ لَّا تُلۡهِيهِمۡ تِجَٰرَةٞ وَلَا بَيۡعٌ عَن ذِكۡرِ ٱللَّهِ وَإِقَامِ ٱلصَّلَوٰةِ وَإِيتَآءِ ٱلزَّكَوٰةِ يَخَافُونَ يَوۡمٗا تَتَقَلَّبُ فِيهِ ٱلۡقُلُوبُ وَٱلۡأَبۡصَٰرُ ﴾[١]، فالذي دفعهم لهذه الأعمال

[١] سورة النور: آية ٣٦-٣٧.

الصالحة، من التسبيح لله تعالى وذكره، وإقام الصلاة وإيتاء الزكاة هو خوفهم من يوم القيامة، وهو يوم تتقلب فيه القلوب والأبصار، وتضطرب لشدة هوله[1].

٢. يعد الخوف سبباً للتوفيق والرحمة، كما قال تعالى في شأن ألواح موسى عليه السلام ﴿ وَفِي نُسْخَتِهَا هُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلَّذِينَ هُمْ لِرَبِّهِمْ يَرْهَبُونَ ﴾[2].

٣. يخفف الخوف من الله تعالى من حدّة الخوف من مخلوقات الله تعالى: لأن من خاف الله استقر في قلبه أن الناس لا يملكون له نفعاً ولا ضراً، فلا تذله حاجة من حوائج الدنيا لأحد؛ لأنه يعلم أن من يخافه سبحانه هو وحده الذي يملك الضر والنفع، ومن سواه، تحت سيطرته لا يشاءون إلا أن يشاء الله[3]، لقوله تعالى: ﴿ وَلَا يَمْلِكُونَ لِأَنفُسِهِمْ ضَرًّا وَلَا نَفْعًا وَلَا يَمْلِكُونَ مَوْتًا وَلَا حَيَوٰةً وَلَا نُشُورًا ﴾[4]. فكيف يملكونه لغيرهم، وقد أثنى الله تعالى على من لم يخشى أحداً سواه، فقال تبارك وتعالى: ﴿ ٱلَّذِينَ يُبَلِّغُونَ رِسَٰلَٰتِ ٱللَّهِ وَيَخْشَوْنَهُۥ وَلَا يَخْشَوْنَ أَحَدًا إِلَّا ٱللَّهَ ۗ وَكَفَىٰ بِٱللَّهِ حَسِيبًا ﴾[5].

٤. يحول الخوف من الله تعالى بين الإنسان المؤمن وبين محارم الله عز وجل: لذلك قيل "الخوف سراج في القلب، به يبصر ما فيه من الخير والشر"[6]، ففي قصة ابني آدم بين

---

(1) انظر: ابن عطية، **المحرر الوجيز**، مرجع سابق، ج٤، ص ١٨٦.

(2) سورة الأعراف: آية ١٥٤.

(3) انظر: الرملي، محمد شومان، **الخوف من الله تعالى**، السعودية، دار ابن قيّم، ٢٠٠٠، ص ٤٩.

(4) سورة الفرقان: آية ٣.

(5) سورة الأحزاب: آية ٣٩.

(6) ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص ٣٢٠.

الله تعالى أن الخوف من الله هو الذي منع الآخر من التفكير بقتل أخيه، حيث قال تبارك وتعالى: ﴿ لَئِنۢ بَسَطتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقۡتُلَنِي مَآ أَنَا۠ بِبَاسِطٖ يَدِيَ إِلَيۡكَ لِأَقۡتُلَكَۖ إِنِّيٓ أَخَافُ ٱللَّهَ رَبَّ ٱلۡعَٰلَمِينَ ﴾(١). فعندما كشف الأخ لأخيه عن نيته بقتله كان جوابه: إذا مددت يدك لتقتلني، فليس من شأني ولا من طبعي أن أفعل هذه الفعلة، فخاطر القتل لا يدور بنفسي ولا يتجه إليه فكري، وعلل ذلك بخوفه من الله تعالى لا عجزاً عن القيام به، وأنا تاركك لتحمل إثم قتلي وتضيفه إلى إثمك(٢).

ومما يؤيد ذلك أيضاً الحديث الشريف الذي بيّن السبعة الذين يظلهم الله في ظله وذكر منهم: "ورجل دعته امرأة ذات منصب وجمال فقال إني أخاف الله.."(٣)، فمهما تكن المعصية محببة إلى النفس فإن الخوف من الله تعالى يحول بينها وبين المسلم، فقد بيّن الله تعالى أن المرأة من أكثر الشهوات المحببة للرجل في قوله تبارك وتعالى: ﴿ زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ ٱلشَّهَوَٰتِ مِنَ ٱلنِّسَآءِ وَٱلۡبَنِينَ وَٱلۡقَنَٰطِيرِ ٱلۡمُقَنطَرَةِ مِنَ ٱلذَّهَبِ وَٱلۡفِضَّةِ وَٱلۡخَيۡلِ ٱلۡمُسَوَّمَةِ وَٱلۡأَنۡعَٰمِ وَٱلۡحَرۡثِۗ ذَٰلِكَ مَتَٰعُ ٱلۡحَيَوٰةِ ٱلدُّنۡيَاۖ وَٱللَّهُ عِندَهُۥ حُسۡنُ ٱلۡمَـَٔابِ ﴾(٤)، ومع ذلك يحول الخوف منه سبحانه وتعالى بين الإنسان وبين اقتراف هذه المعصية.

---

(١) سورة المائدة: آية ٢٨.

(٢) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٢، ص ٨٧٦.

(٣) رواه البخاري في صحيحه، كتاب الأذان، باب من جلس في المسجد ينتظر الصلاة، باب رقم ٣٥، حديث رقم ٦٦٠، ص ١٤١.

(٤) سورة آل عمران: آية ١٤.

٥. وتظهر أهمية الخوف من عذاب الله في الدنيا في تفعيل مبدأ إسلامي هام، وهو الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، فكما أن الخوف من عذاب الله تعالى في الدنيا يدفع الإنسان إلى اجتناب المعاصي فإنه يدعوه أيضاً إلى الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، ذلك لأنه يعلم أن السكوت على المنكر ثبت لإيقاع العذاب بالأمة، حيث روي أن رسول الله ﷺ قال: **"والذي نفسي بيده لتأمُرُن بالمعروف ولتنهونّ عن المنكر، أو ليوشكنّ الله أن يبعث عليكم عقاباً منه، فتدعونه فلا يستجيب لكم"**[1].

٦. كما أن الخوف من الله تعالى من أسباب التمكين في الأرض، والانتصار على الأعداء لقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَقَالَ ٱلَّذِينَ كَفَرُواْ لِرُسُلِهِمْ لَنُخْرِجَنَّكُم مِّنْ أَرْضِنَآ أَوْ لَتَعُودُنَّ فِى مِلَّتِنَا ۖ فَأَوْحَىٰٓ إِلَيْهِمْ رَبُّهُمْ لَنُهْلِكَنَّ ٱلظَّـٰلِمِينَ ﴿١٣﴾ وَلَنُسْكِنَنَّكُمُ ٱلْأَرْضَ مِنۢ بَعْدِهِمْ ۚ ذَٰلِكَ لِمَنْ خَافَ مَقَامِى وَخَافَ وَعِيدِ ﴾[2]، فالله تعالى يبين أنه حق لمن خاف موقفه بين يدي ربه يوم القيامة أو خاف ما أوعد الله به من العذاب، أن ينصره على الظالمين ويهلكهم ويسكنه ديارهم[3].

ب. في الحياة الآخرة

تتجلى أهمية الخوف من الله تعالى في الحياة الآخرة بما يلي:

---

(1) رواه الترمذي في سننه، أبواب الفتن، باب ما جاء في الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، باب رقم٩، حديث رقم٢٢٥٩، ص٣١٧، قال أبو عيسى هذا حديث حسن.

(2) سورة إبراهيم: آية ١٣-١٤.

(3) انظر: الرازي، **التفسير الكبير**، مرجع سابق، ج٧، ص ٧٧.

١. الخوف من الله تعالى سبب أمن المؤمن يوم القيامة، لقوله تبارك وتعالى: ﴿ مَن جَآءَ بِٱلْحَسَنَةِ فَلَهُۥ خَيْرٌ مِّنْهَا وَهُم مِّن فَزَعٍ يَوْمَئِذٍ ءَامِنُونَ ﴾[١]، فالخوف من الله تعالى هو الذي يدفع الإنسان إلى الأعمال الحسنة، وجرّاء ذلك هو أمْنه يوم الفزع الأكبر، يوم القيامة.

ولعل السرّ في كون الشهداء يأمنون الفزع الأكبر يوم القيامة كما في الحديث الشريف[٢]، هو أنهم لما ألقوا بأنفسهم لوجه الله تعالى في المعارك حيث المخاوف العظيمة من جرح وقتل وأسر وتمثيل وحرق وغير ذلك، عوضهم الله تعالى بالأمن يوم القيامة[٣].

فالمؤمن حين يلزم قلبه الخوف من الله تعالى وعذابه يُثيبه الله تعالى على ذلك بالأمن في يوم كان شره مستطيرا لقوله تعالى: ﴿ إِنَّا نَخَافُ مِن رَّبِّنَا يَوْمًا عَبُوسًا قَمْطَرِيرًا ﴿١٠﴾ فَوَقَىٰهُمُ ٱللَّهُ شَرَّ ذَٰلِكَ ٱلْيَوْمِ وَلَقَّىٰهُمْ نَضْرَةً وَسُرُورًا ﴾[٤].

٢. والخوف من الله سبحانه من أسباب مغفرة الذنوب وحلول الرضا والرحمة على عباده، قال تعالى: ﴿ إِنَّ ٱلَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِٱلْغَيْبِ لَهُم مَّغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ ﴾[٥]. وقوله تعالى:

---

[١] سورة النمل: آية ٨٩.

[٢] ونصه "للشهيد عند الله ست خصال: يغفر له في أول دفعة ويرى مقعده من الجنة ويجار من عذاب القبر، ويأمن من الفزع الأكبر، ويوضع على رأسه تاج الوقار، الياقوتة خير من الدنيا وما فيها، ويزوج اثنتين وسبعين زوجة من الحور العين، ويشفع في سبعين من أقاربه "أخرجه الترمذي في سننه، أبواب الجهاد، باب رقم٢٥ ، حديث رقم١٧١٢ ، ج٣، ص١٠٦ ، قال أبو عيسى هذا حديث حسن صحيح غريب.

[٣] الرملي، محمد شومان، **الخوف من الله تعالى**، مرجع سابق، ص ٥٣.

[٤] سورة الإنسان: آية ١٠-١١.

[٥] سورة الملك: آية ١٢.

﴿ جَزَآؤُهُمْ عِندَ رَبِّهِمْ جَنَّٰتُ عَدْنٍ تَجْرِى مِن تَحْتِهَا ٱلْأَنْهَٰرُ خَٰلِدِينَ فِيهَآ أَبَدًا ۖ رَّضِىَ ٱللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا۟ عَنْهُ ۚ ذَٰلِكَ لِمَنْ خَشِىَ رَبَّهُۥ ﴾[١]. وقد روي عن النبي ﷺ أنه قال: **"كان رجل يسرف على نفسه فلما حضره الموت قال لبنيه: إذا أنا مت فاحرقوني ثم اطحنوني ثم ذروني في الريح، فوالله لئن قدر علي ربي ليعذبني عذاباً ما عذبه أحداً، فلما مات فُعل به ذلك، فأمر الله الأرض فقال: اجمعي ما فيك منه، ففعلت فإذا هو قائم، فقال ما حملك على ما صنعت؟ قال: يا رب خشيتك، فغفر له"**[٢]. وقوله لأن قدر علي ربي، لا يفهم منه نفي القدرة عن الله عز وجل، وقد أجيب عن ذلك بأن الرجل قال ذلك لما غلبه من الخوف، وغطى على فهمه من الجزع، فيعذر في ذلك[٣].

٣. **الخوف من الله سبيل إلى الجنة وحاجز عن النار**: قال تعالى: ﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ وَنَهَى ٱلنَّفْسَ عَنِ ٱلْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ ٱلْجَنَّةَ هِىَ ٱلْمَأْوَىٰ ﴾[٤]، وقوله تعالى: ﴿ وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ جَنَّتَانِ ﴾[٥].

---

[١] سورة البينة: آية ٨.

[٢] أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب الرقاق، باب الخوف من الله، باب، رقم٢٥ ، حديث رقم٦٤٨٠ ، ص ٨٩٨.

[٣]ابن حجر العسقلاني، شهاب الدين أحمد بن علي، **فتح الباري في شرح صحيح البخاري**، الرياض، مكتبة الرشد، ٢٠٠٤، ج١١، ص ٣٩٥.

[٤] سورة النازعات: آية ٤٠-٤١.

[٥] سورة الرحمن: آية ٤٦.

وقد بيّن الرسول ﷺ أن الخوف من الله تعالى والبكاء خشيته يحرّم صاحبه على النار في قوله ﷺ: "**عينان لا تمسها النار عين بكت من خشية الله، وعين باتت تحرس في سبيل الله**"(1).

وفي المحصلة النهائية نجد أن الخوف من الله تعالى سبب لكلّ خير في الدنيا والآخرة، فيه يبتعد المسلم عن كلّ الشرور ويقترب من فعل الخيرات، فيستقيم بذلك سلوكه ويقوم اعوجاجه، فيستحق بذلك دخول الجنة، فيحقق لنفسه السعادة الحقيقية في الدارين، الدنيا والآخرة، وفي ذلك يقول الغزالي: "ولا سعادة للعبد إلا في لقاء مولاه والقرب منه، ولا وصول إلى سعادة لقاء الله في الآخرة إلا بتحصيل محبته والأنس به في الدنيا، ولا تحصل المحبة إلا بالمعرفة، ولا تحصل المعرفة إلا بدوام الفكر، ولا تتيسر المواظبة على الذِّكْر إلا بانقطاع حب الدنيا من القلب، ولا ينقطع ذلك إلا بترك الشهوات، ولا يمكن ترك الشهوات إلا بالخوف، فالخوف هو النار المحرقة للشهوات"(2).

لكن بقي أن نقول إن الخوف من الله تعالى ومن عذابه الذي يؤدي إلى الخير في الدنيا والآخرة، هو الخوف المعتدل الذي يخالطه الرجاء والطمع في رحمة الله وغفرانه، وليس الخوف المفرط الذي يفضي به إلى الاضطراب في سلوكه، فيمنعه من العمل، ويؤدي به إلى القنوط، والدهشة وزوال العقل، لذا احتاج هذا الخوف إلى ضبط وتوجيه في نفوس الناشئة على أسس نفسية إسلامية، حتى يؤدي هذا الخوف في النهاية وظيفته الطبيعية من المواظبة على العلم والعمل والذكر، والتفكر، فينال بذلك رتبة القرب من الله تعالى.

---

(1) أخرجه الترمذي في **سننه**، أبواب الجهاد، باب ما جاء في فضل في سبيل الله، باب رقم ١٢، حديث رقم ١٦٩٠، ج٣، ص ٩٦، وقال أبو عيسى هذا حديث حسن غريب.

(2) الغزالي، **إحياء علوم الدين**، مرجع سابق، ج٤، ص ١٦٠.

ثانياً: أهمية الخوف من مخلوقات الله تعالى وغيرها من الأمور الدنيوية

ويمكن أن نجمل هذه الأهمية بما يلي:

١. الخوف عامل قوي في بقاء الحياة الإنسانية وتطوّرها، فقد كان سبباً وباعثاً للجنس البشري في حقبة زمنية، على بناء الحضارات، وتطوير السلاح، فما يوجد من حدود وقلاع وأسوار، وأبراج، كلها ترمز إلى الخوف الكامن في أعماق الإنسان من الخطر الذي يهدد الحياة[١].

٢. يمثل الخوف جهاز إنذار مبكر من الناحية النفسية حيث ينشط الفرد عند مشاهدة علامة خطر تهدد حياته، حيث تكون لديه الفرصة للتفكير في السلوك المناسب الذي يحميه من الخطر[٢].

٣. كما يؤدي الخوف إلى اجتناب مواطن الخطر للحفاظ على النفس فإنه يدفع كثيراً من الأشخاص إلى حماية غيرهم، فالخوف هو الذي يدفع الأم إلى رعاية وليدها.

٤. يسهم الخوف في الظروف العادية في تعليم أنماط سلوكية إيجابية، فخوف الإنسان من النقد الاجتماعي مثلاً قد يدفعه إلى تطوير شخصيته من خلال اكتسابه للقيم والسلوكيات المرغوبة ممن يخالطهم ويتعامل معهم، ليصل إلى المستوى اللائق الذي يرتضيه المجتمع، وبالتالي يؤدي إلى التخفيف من خجله، مما يجعل منه شخصية إيجابية فاعلة.

---

(١) انظر: أبو صايمة، عائدة عبد الله، **القلق والتحصيل الدراسي**، عمان، المكتبة الوطنية، ١٩٩٥، ص ٥٥.

(٢) انظر: شقير، زينب، **الشخصية السوية والمضطربة**، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ط٢، ٢٠٠٣، ص ٣٣٠.

٥. يساعد الخوف في تيسير عملية التعلم، وتحسين عملية الأداء، فالخوف المعتدل من الاختبارات المدرسية يدفع الطالب إلى الجد والمثابرة، والإعداد الجيد للاختبار، وبالتالي يؤدي إلى زيادة تحصيله الدراسي وحُسن أدائه[١].

٦. يؤدي الخوف إلى التخطيط والإعداد الجيد لمواجهة ظروف الحياة الطارئة؛ فالخوف من الفقر يؤدي بالإنسان إلى حُسن التدبير في إنفاق المال، وكذلك الخوف من قوة الأعداء الحربية تدفع الإنسان إلى الإعداد، والتخطيط السليم لمواجهتهم.

من خلال ما سبق يظهر لنا أهمية الخوف، سواء كان من الله تعالى أم كان من مخلوقاته، حيث تجلت أهمية الخوف من الله تعالى في دفع المسلم إلى العمل الصالح، بما يشكله من حواجز منيعة تحول بين المسلم، وبين محارم الله تعالى، إضافة إلى كونه يفرج الكربات على المسلم في الدنيا والآخرة، وهو سبب من أسباب التمكين في الأرض، وأخيرا هو سر أمن المؤمن يوم القيامة وسبيله إلى الجنة برحمته تعالى.

كما تجلت أهمية الخوف من مخلوقات الله تعالى في كونه عاملاً قوياً في الحفاظ على الحياة الإنسانية، باجتناب مواطن الخطر، كما يسهم في تعليم أنماط سلوكية ايجابية، ويساعد في تيسير عملية التعلم، كما انه يؤدي إلى التخطيط والإعداد الجيد لمواجهة ظروف الحياة المتغيرة.

المطلب الثاني: آثار الخوف في الأحكام الفقهية

تبين لنا من المطلب الأول أن للخوف أهمية كبيرة ودوراً فاعلاً في حياة الفرد، فهو الذي يدفعه لاجتناب الأخطار، واتقاء مواطن الضرر، ونظراً لأهمية هذا الانفعال الذي أودعه

---

[١] انظر: أبو صايمة، **القلق والتحصيل الدراسي**، مرجع سابق، ص ٥٦.

الله في النفس الإنسانية، فقد أولاه الإسلام عناية كبيرة، حتى ظهرت آثاره في كثير من الأحكام الفقهية.

وقد بلغت مراعاة الإسلام لهذا الانفعال أن أجاز التلفظ بكلمة الكفر في حالة الخوف على النفس من عدو أو سلطان جائر لقوله تبارك وتعالى: ﴿ مَن كَفَرَ بِٱللَّهِ مِنۢ بَعۡدِ إِيمَٰنِهِۦٓ إِلَّا مَنۡ أُكۡرِهَ وَقَلۡبُهُۥ مُطۡمَئِنُّۢ بِٱلۡإِيمَٰنِ وَلَٰكِن مَّن شَرَحَ بِٱلۡكُفۡرِ صَدۡرٗا فَعَلَيۡهِمۡ غَضَبٞ مِّنَ ٱللَّهِ وَلَهُمۡ عَذَابٌ عَظِيمٞ ﴾[1]، فالله تعالى وهو يغلظ جريمة الكفر بعد حلاوة الإيمان، بأن جعل له غضب من الله ولعنة وعذاباً شديداً يستثنى من كفر بلسانه، ووافق المشركين بلفظه، بسبب الضرر الواقع عليه، كالضرب والأذى، وقلبه يرفض ما ينطق به في الظاهر، ومطمئن بالله ورسوله[2].

والمتأمل لكتب الفقه يجد أمثلة كثيرة ظهرت فيها آثار الخوف في الأحكام الفقهية من عبادات، ومعاملات، ونكاح، وأطعمة، وأشربة، وقضاء، وشهادة، وجهاد.. وغيرها من موضوعات الفقه وهذا توضيحها.

أولاً: أثر الخوف بالعبادات

أ. الطهارة: فالإسلام الذي يعتني بالطهارة أيما اعتناء حتى يجعلها شرطاً من شروط صحة الصلاة، ليقف المسلم طاهراً بين يدي ربه لقوله تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِذَا قُمۡتُمۡ إِلَى ٱلصَّلَوٰةِ فَٱغۡسِلُواْ وُجُوهَكُمۡ وَأَيۡدِيَكُمۡ إِلَى ٱلۡمَرَافِقِ وَٱمۡسَحُواْ

---

[1] سورة النحل: آية ١٠٦.

[2] انظر: الزحيلي، التفسير المنير، مرجع سابق، ج١٤، ص ٢٤٢.

بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى ٱلْكَعْبَيْنِ ۚ وَإِن كُنتُمْ جُنُبًا فَٱطَّهَّرُوا۟ ۚ ﴾[1] وقول الرسول ﷺ: "لا تقبل صلاة بغير طهور ولا صدقة من غلول"[2]. نجده يسقط هذا الواجب إذا منع الخوف من تحقيق هذا الشرط، ويأتي التيمم شاهد من شواهد سماحة الإسلام، ومراعاته لظروفهم وما ينتابهم من خوف يحول بينهم وبين استعمال الماء، فإذا دخل وقت الصلاة ولم يجد المسلم ماءً يتطهر به، وخاف أن يطلب الماء ويبحث عنه بسبب اللصوص أو قطاع الطرق أو السباع ونحو ذلك، أجاز له التيمم لقوله تعالى: ﴿ وَإِن كُنتُم مَّرْضَىٰٓ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَآءَ أَحَدٌ مِّنكُم مِّنَ ٱلْغَآئِطِ أَوْ لَٰمَسْتُمُ ٱلنِّسَآءَ فَلَمْ تَجِدُوا۟ مَآءً فَتَيَمَّمُوا۟ صَعِيدًا طَيِّبًا فَٱمْسَحُوا۟ بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُم مِّنْهُ ۚ مَا يُرِيدُ ٱللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُم مِّنْ حَرَجٍ وَلَٰكِن يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُۥ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴾[3]. والتيمم في الشرع: هو "استعمال الصعيد (التراب) الطاهر في عضوين مخصوصين، على قصد التطهير، بشرائط مخصوصة"[4] وقد جاء في الشرح الكبير: "متى خاف على نفسه أو ماله في طلب الماء، كمن بينه وبين الماء سبع أو عدو أو حريق، أو لص فهو كالعادم، لأنه خائف للضرر

---

[1] سورة المائدة: آية ٦.

[2] أخرجه مسلم في صحيحه، كتاب الطهارة، باب وجوب الطهارة للصلاة، باب رقم ٢/٢ حديث رقم ٤٥٥، ص١٣١.

[3] سورة المائدة: آية ٦.

[4] الكاساني، علاء الدين أبي بكر، بدائع الصنائع، بيروت، دار الكتب العلمية، ط٢، ١٩٨٦، ج١، ص٤٥.

باستعماله أو التلف"[1]. والأمثلة على أثر الخوف في أحكام الطهارة كثيرة يطول ذكرها، سأكتفي بهذا المثال منعاً للإطالة.

ب. الصلاة: جعل الإسلام الصلاة عمود الدين والعلامة الفارقة بين الكفر والإيمان، وهي العهد والصلة الكبرى بين العبد وربه، والتي بين أحكامها وشروطها وأركانها، وحث على إقامتها على أكمل وجه، إلا أنه يسقط كثيراً من أحكامها في حالة الخوف الشديد من الأعداء، فشرع لهم ما يسمى بصلاة الخوف لقوله تعالى: ﴿ وَإِذَا ضَرَبْتُمْ فِي ٱلْأَرْضِ فَلَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ أَن تَقْصُرُوا۟ مِنَ ٱلصَّلَوٰةِ إِنْ خِفْتُمْ أَن يَفْتِنَكُمُ ٱلَّذِينَ كَفَرُوٓا۟ ۚ إِنَّ ٱلْكَـٰفِرِينَ كَانُوا۟ لَكُمْ عَدُوًّا مُّبِينًا ﴿١٠١﴾ وَإِذَا كُنتَ فِيهِمْ فَأَقَمْتَ لَهُمُ ٱلصَّلَوٰةَ فَلْتَقُمْ طَآئِفَةٌ مِّنْهُم مَّعَكَ وَلْيَأْخُذُوٓا۟ أَسْلِحَتَهُمْ فَإِذَا سَجَدُوا۟ فَلْيَكُونُوا۟ مِن وَرَآئِكُمْ وَلْتَأْتِ طَآئِفَةٌ أُخْرَىٰ لَمْ يُصَلُّوا۟ فَلْيُصَلُّوا۟ مَعَكَ وَلْيَأْخُذُوا۟ حِذْرَهُمْ وَأَسْلِحَتَهُمْ ۗ وَدَّ ٱلَّذِينَ كَفَرُوا۟ لَوْ تَغْفُلُونَ عَنْ أَسْلِحَتِكُمْ وَأَمْتِعَتِكُمْ فَيَمِيلُونَ عَلَيْكُم مَّيْلَةً وَٰحِدَةً ۚ وَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِن كَانَ بِكُمْ أَذًى مِّن

---
[1] ابن قدامة المقدسي، محمد بن أحمد، الشرح الكبير، الرياض، د.ن، د.ت، ج١، ص١١٧.

﴿ ... مَّطَرٍ أَوْ كُنتُم مَّرْضَىٰٓ أَن تَضَعُوٓاْ أَسْلِحَتَكُمْ ۖ وَخُذُواْ حِذْرَكُمْ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ أَعَدَّ لِلْكَـٰفِرِينَ عَذَابًا مُّهِينًا ﴾[1].

وقد بين الرسول ﷺ كيفية هذه الصلاة فيما روي عن ابن عمر ﷺ قال: غزوت مع رسول الله ﷺ قِبَل نجد فوازينا العدو فصاففنا لهم، فقام رسول الله ﷺ يصلي لنا، فقامت طائفة معه تصلي، وأقبلت طائفة على العدو، وركع رسول الله ﷺ بمن معه وسجد سجدتين، ثم انصرفوا مكان الطائفة التي لم تصلِ فجاؤا فركع رسول الله ﷺ بهم ركعة وسجد سجدتين، ثم سلم، فقام كلّ واحد منهم فركع لنفسه ركعة وسجد سجدتين"[2].

وفي مشروعية هذه الصلاة لفتة عظيمة إلى أهمية الصلاة والحرص على أدائها في أصعب الظروف وأحلكها، فهي سلاح من أسلحة المعركة، ولا بد لهذا السلاح من تنظيم لاستخدامه، فبه يلقون العدو ويتفوقون عليه قبل أي سلاح وبه يشعرون أنهم على صلة بذي القوة التي لا تدانيها قوة، قوة العزيز الجبار[3].

ج. الصوم، وقد بين لنا الإسلام فضل الصوم، وآثاره العظيمة، وشدد في عقوبة من يفطر يوماً في رمضان بغير عذر شرعي، لما لهذا الشهر من حرمة كبيرة عند الله تعالى، لقوله عز وجل: ﴿ شَهْرُ رَمَضَانَ ٱلَّذِىٓ أُنزِلَ فِيهِ ٱلْقُرْءَانُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَـٰتٍ مِّنَ ٱلْهُدَىٰ وَٱلْفُرْقَانِ ۚ فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ ٱلشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ ۖ ﴾[4]. ولكنه مع هذا

---

[1] سورة النساء: آية ١٠١-١٠٢.

[2] أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب الخوف، باب صلاة الخوف، باب رقم ٣٥٨/١، حديث رقم ٩٤٢.

[3] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٢، ص٧٤٨.

[4] سورة البقرة: آية ١٨٥.

التشديد يبيح الإفطار في حالة الخوف على النفس من الهلاك، كالمريض الذي يخاف على نفسه الضرر مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ ﴾[1]. فخوف المريض والمسافر على نفسيهما المشقة والضرر، يبيح لهما الإفطار في هذا الشهر العظيم، على أن تقضى هذه الأيام التي أفطروها في أيام أخر، كما أباح للحامل والمرضع الإفطار إذا خافتا الضرر على نفسيهما أو ولديهما. ذلك لما للحمل والإرضاع من تأثير على جسم المرأة، وقد يؤدي صومها لما فيه من امتناع عن تناول الطعام والشراب إلى إضرار بصحتها، فإذا خافت على نفسها أو جنينها أو ولدها من الصيام جاز لها الإفطار، ولا خلاف بين أهل العلم في إباحة الفطر لهما عند خوفهما على ولديهما[2].

د. الحج، الذي جعله الله فريضة من فرائض الإسلام لقوله تعالى: ﴿ وَلِلَّهِ عَلَى ٱلنَّاسِ حِجُّ ٱلْبَيْتِ مَنِ ٱسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا ۚ وَمَن كَفَرَ فَإِنَّ ٱللَّهَ غَنِيٌّ عَنِ ٱلْعَٰلَمِينَ ﴾[3]. وقد بين الإسلام شروط وجوبها، وجعل منها أمن الطريق أي أن تكون الطريق لبيت الله الحرام آمنة خالية من أي أخطار تهدد المسلم في نفسه وماله وأهله، كعدو ظالم أو قطاع طرق، أو لصوص أو سباع مفترسة، وقد اتفق جمهور الفقهاء على أن أمن الطريق شرط لوجوب الحج، وحجتهم أن الله تعالى إنما فرض الحج على المستطيع، ولا استطاعة

(1) سورة البقرة: آية ١٨٤.

(2) انظر: الكاساني، بدائع الصنائع، مرجع سابق، ج٢، ص٩٧، وانظر: ابن قدامة، الشرح الكبير، مرجع سابق، ج٢، ص١٧.

(3) سورة آل عمران: آية ٩٧.

بدون أمن الطريق، كما لا استطاعة بدون الزاد والراحلة إلا أن النبي ﷺ بيَّن الاستطاعة بالزاد والراحلة بيان كفاية ليُستدل بالمنصوص عليه على غيره لاستوائها في المعنى، وهو إمكان الوصول إلى البيت الحرام[1]. فالخوف على النفس أو المال أو الأهل من العدو، أو السباع، أو أي شيء من شأنه أن يهدد الإنسان، يسقط واجب الحج، لأن حفظ النفس أولى.

هـ. الاعتكاف، وهو يعني "لزوم المسجد في وقت مخصوص بنية التقرب إلى الله تعالى"[2] وهو سنة من سنن المصطفى ﷺ ، فلو خرج المعتكِف من معتكفة فسد اعتكافه. لكن لو كان هذا الخروج بسبب حدوث فتنة فخاف على نفسه، أو ماله، أو أهله، جاز له الخروج، وخروجه لا يقطع اعتكافه، ويبني على ما مضى من المدة التي قد حددها، وقد جاء في تبين الحقائق: "لو أخرجه ظالم كرهاً، أو خاف على نفسه من المكابرين فخرج لا يفسد اعتكافه"[3].

ثانياً: أثر الخوف في البيع

البيع، أحل الإسلام البيع لما فيه من تحقيق مصالح العباد في قوله تعالى: ﴿وَأَحَلَّ ٱللَّهُ ٱلْبَيْعَ وَحَرَّمَ ٱلرِّبَوٰاْ ﴾[4] إلا أنه يحرم البيع في كثير من الحالات، عند الخوف من إساءة عاقبته، ومثال ذلك تحريم بيع السلاح في الفتنة، أو لأهل الحرب فقد جاء في بدائع الصنائع، في سياق الحديث عن البيوع المنهي عنها: "بيع السلاح من أهل الفتنة وفي عساكرهم؛ لأن

---

(1) انظر: الكاساني، **بدائع الصنائع**، مرجع سابق، ج2، ص123.

(2) انظر: ابن قدامة المقدسي، **الشرح الكبير**، مرجع سابق، ج2، ص59.

(3) الزيلعي، عثمان بن علي، **تبين الحقائق شرح كنز الرقائق**، تحقيق أحمد عزو عناية، بيروت، دار الكتب العلمية، 2000م، ج2، ص229.

(4) سورة البقرة: آية 275.

بيعه من باب الإعانة على الإثم والعدوان"[1]. فإذا خاف المسلم أن يسهم بيعه للسلاح في إشعال الفتنة أو إعانة الكافر وتقويته على المسلمين بهذا البيع، يحرم هذا النوع من البيع.

ثالثاً: أثر الخوف في أحكام النكاح

فالإسلام الذي يجعل حكم النكاح سنة ثابتة عن الرسول ﷺ قد يحول هذا الحكم إلى الوجوب في حالة خوف المسلم على نفسه الوقوع في الفاحشة ذلك أن إعفاف النفس، وتحصين الفرج واجب على القادر على ذلك، والخائف على نفسه من مقارفة الفاحشة، والنكاح هو الحصن لمن كان هذا حاله، فيكون في حقه واجباً، ذلك أن الابتعاد عن الزنى واجب، وما لا يتم الواجب إلا به فهو واجب"[2].

رابعاً: أثر الخوف في الأطعمة

فقد حث الإسلام على أكل الطيبات، والابتعاد عن جميع الخبائث كالميتة والدم ولحم الخنزير، لقوله تبارك وتعالى: ﴿ حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ ٱلْمَيْتَةُ وَٱلدَّمُ وَلَحْمُ ٱلْخِنزِيرِ وَمَآ أُهِلَّ لِغَيْرِ ٱللَّهِ بِهِۦ وَٱلْمُنْخَنِقَةُ وَٱلْمَوْقُوذَةُ وَٱلْمُتَرَدِّيَةُ وَٱلنَّطِيحَةُ وَمَآ أَكَلَ ٱلسَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى ٱلنُّصُبِ ﴾[3] ومع ذلك فهو يبيح الأكل من الخبائث إذا خاف المسلم

---

[1] الكاساني، **بدائع الصنائع**، مرجع سابق، ج٥، ص ٢٣٣.

[2] انظر: الزيلعي، **تبين الحقائق لشرح كنز الرقائق**، مرجع سابق، ج٢، ص ٩٥.

[3] سورة المائدة: آية ٣، الميتة: ما فارقتها الروح دون زكاة شرعية ما عدا السمك والجراد الموقوذة: التي ماتت بالضرب بحجر أو عصا، المتردية: التي سقطت من مكان مرتفع فماتت، النطيحة" التي ماتت بسبب ضرب أخرى لها بقرونها أو برأسها، ما ذكيتم: أي أدركتموه قبل أن يموت بذكر اسم الله عليه عند ذبحه.

على نفسه الهلاك جوعاً لقوله تعالى: ﴿ فَمَنِ ٱضْطُرَّ فِى مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ لِّإِثْمٍ ۙ فَإِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾[1].

خامساً: أثر الخوف في الشهادة

وقد أمر الإسلام بأداء الشهادة حفظاً للحقوق من الضياع، وشدد في حكم الامتناع عن أدائها، حيث وصف من يكتمها بأنه آثم قلبه لقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَلَا تَكْتُمُوا۟ ٱلشَّهَـٰدَةَ ۚ وَمَن يَكْتُمْهَا فَإِنَّهُۥٓ ءَاثِمٌ قَلْبُهُۥ ﴾[2]، وسبب إضافة الإثم إلى القلب مع أن من يكتمها هو الآثم في الحقيقة، هو أن المأثم فيه يتعلق بعقد القلب، ولأن كتمان الشهادة إنما هو عقد النية لترك أدائها باللسان، وعقد النية من أفعال القلب لا نصيب للجوارح فيه"[3].

غير أن هذا الوعيد الشديد لكاتم الشهادة، إنما يكون لمن يكتمها بدون عذر، مع قدرته عليها، أما إن كان كتمه وامتناعه خوفاً على نفسه وأهله، أو ماله من بطش المشهود عليه كسلطان أو ظالم معروف ببطشه فلا شيء عليه[4].

سادساً: أثر الخوف في الجهاد

وقد جعله الإسلام ذروة سنامه، ومن أفضل الأعمال تقرباً إلى الله تعالى، وحث المسلمين عليه لإعلاء كلمة الله تعالى، فقال تبارك وتعالى: ﴿ لَّا يَسْتَوِى ٱلْقَـٰعِدُونَ مِنَ

---

(1) سورة المائدة: آية ٣، والمخمصة هي المجاعة التي تضمر البطون.

(2) سورة البقرة: آية ٢٨٣.

(3) الجصاص، أبي بكر أحمد بن علي، **أحكام القرآن**، بيروت، دار الكتاب العربي، د.ت، ج١، ص ٥٣٥.

(4) انظر: ابن قدامة المقدسي، **المغني**، الرياض، مكتبة الرياض الحديثة، ١٩٨١، ج١٢، ص ١٢٤.

ٱلۡمُؤۡمِنِينَ غَيۡرُ أُوْلِي ٱلضَّرَرِ وَٱلۡمُجَٰهِدُونَ فِي سَبِيلِ ٱللَّهِ بِأَمۡوَٰلِهِمۡ وَأَنفُسِهِمۡۚ فَضَّلَ ٱللَّهُ ٱلۡمُجَٰهِدِينَ بِأَمۡوَٰلِهِمۡ وَأَنفُسِهِمۡ عَلَى ٱلۡقَٰعِدِينَ دَرَجَةٗۚ وَكُلّٗا وَعَدَ ٱللَّهُ ٱلۡحُسۡنَىٰۚ وَفَضَّلَ ٱللَّهُ ٱلۡمُجَٰهِدِينَ عَلَى ٱلۡقَٰعِدِينَ أَجۡرًا عَظِيمٗا ﴾[1]..

والقرآن الكريم، وهو يحض على قتال المشركين في قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَقَٰتِلُواْ ٱلۡمُشۡرِكِينَ كَآفَّةٗ كَمَا يُقَٰتِلُونَكُمۡ كَآفَّةٗ ﴾[2] ، يجيز للمسلمين عقد هدنة مع العدو، إذا كان في المسلمين ضعف وخافوا من قوة العدو وهي جائزة[3] لقوله تبارك وتعالى: ﴿ بَرَآءَةٞ مِّنَ ٱللَّهِ وَرَسُولِهِۦٓ إِلَى ٱلَّذِينَ عَٰهَدتُّم مِّنَ ٱلۡمُشۡرِكِينَ ﴾[4]، وقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَإِن جَنَحُواْ لِلسَّلۡمِ فَٱجۡنَحۡ لَهَا وَتَوَكَّلۡ عَلَى ٱللَّهِۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلسَّمِيعُ ٱلۡعَلِيمُ ﴾[5]، ذلك أن قد يكون بالمسلمين ضعف فيهادنهم حتى يقوى المسلمون، وتجوز على مال، وعلى غير مال، لأن النبي ﷺ صالح يوم الحديبية على غير مال[6]..

---

[1] سورة النساء: آية ٩٥.

[2] سورة التوبة: آية ٣٦.

[3] الهدنة هي: عقد على ترك القتال مرة بعوض أو بغير عوض وتسمى موادعة أيضاً. انظر: ابن قدامة، الشرح الكبير، مرجع سابق، ج٥، ص٥٩٨.

[4] سورة التوبة: آية ١.

[5] سورة الأنفال: آية ٦١.

[6] انظر: ابن قدامة، الشرح الكبير، مرجع سابق ج٥، ص ٥٩٨.

وهذه الأمثلة التي ضربتها واخترتها كشواهد على مراعاة الإسلام لانفعال الخوف عند المسلم، حتى تأثرت كثير من الأحكام وتبدلت عندما يطرأ الخوف على المسلم، هي فيض من غيض، حيث إن تأثير الخوف كاد يدخل جميع موضوعات الفقه، من طهارة وصلاة وزكاة ونكاح وبيع وإجارة وغيرها كثير، وهو يدل على أهمية انفعال الخوف ووظيفته الحيوية في تهيئة الإنسان لمواجهة مواقف الخطر التي يتعرض لها.

المبحث الثاني

العوامل المؤثرة في الخوف

ترتبط الانفعالات بالتكوين النفسي للإنسان، وكذلك تكوينه العصبي والجسمي، ومزاجه، وخبراته، واستعداداته الفطرية، وكذلك ثقافته، والبيئة التي يعيش فيها. إضافة إلى نشاط جهازه العصبي كبعض أجزاء الفص الجبهي للحاء المخ، والدماغ الحشوي، والتكوين الشبكي بالدماغ، وكذلك الجهاز العصبي المستقل ونشاط الغدد الصماء، وكيمياء الدماغ[١].

ومجمل القول فإن الخوف يتأثر بعدد من العوامل التي تتفاعل معاً، والتي تتداخل أيضا، وفيما يلي بسط لهذه العوامل.

المطلب الأول: العوامل الفطرية

يولد الطفل مزوداً باستعدادات فطرية لانفعال الخوف بدليل أنه إذا شعر بما يضايقه، فإنه يسلك سلوكاً يعبر فيه عن عدم ارتياحه، كالصراخ، وتحريك اليدين والرجلين، وقد استدل العلماء على أن الخوف انفعال فطري، من قوله تبارك وتعالى: ﴿ إِنَّ ٱلْإِنسَٰنَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ ٱلشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ ٱلْخَيْرُ مَنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا ٱلْمُصَلِّينَ ﴾[٢]، والهلع

---

[١] انظر: الحفني، عبد المنعم، علم النفس في حياتنا اليومية، القاهرة، مكتبة مدبولي،١٩٩٥ ، ص٣١٢.

[٢] سورة المعارج: آية ١٩-٢١.

معناه الاضطراب الذي يصيب الإنسان عند الخوف[١]، وتؤكد هذه الآية الكريمة أن من مقتضى تركيب الإدراك البشري أن يحدث فيه الهلع فهو طبيعة كامنة فيه، تظهر عند بدء شعوره بالنافع والضار، فهو من طباعه المخلوقة كغيرها من طباعه البشرية[٢]، ولكن ليس معنى ذلك أن يستسلم الإنسان لما جبل عليه من الهلع، لأن الله تعالى زوده بالعقل والحكمة ليجعله قادراً على الفعل والكف، وأرسل له دعاة الخير من الأنبياء ليصفون له كيف يروض جماح نفسه[٣].

حيث استثنت الآية من صفة الهلع والخوف الذي يتملك الإنسان من حدوث المصائب المصلين، والصلاة تجعل الإنسان مطمئناً إلى قدر الله شاعراً برحمته متطلع دائماً إلى فرجه ويسره، والصلاة فوق أنها ركن الإسلام وعلامة الإيمان هي وسيلة الاتصال بالله والاستمداد من ذلك الرصيد[٤].

فالخوف انفعال فطري أولي، وتفاوت الناس في درجته تعود إلى مدى استخدام الإنسان لعقله في تعديل انفعاله، فلا يعطي أي مثير للخوف أكبر من قدره وحجمه، وهذا يأتي من حسن إدراكه لحقيقة ما يخيفه.

فالخوف وإن كان أمراً فطرياً إلا أن استثارته تختلف من بنية جسمية لأخرى، فالأجسام غير السوية أكثر عرضة لتنشيط المخاوف، حيث تولد مزودة بأجهزة عصبية مرهفة تجعل أصحابها على استعداد لأن يضطربوا لأتفه الأسباب. كما أن التكوين الفسيولوجي أو

---

[١] انظر: ابن عطية، **المحرر الوجيز**، مرجع سابق، ج٥، ص ٣٦٨.

[٢] انظر: ابن عاشور، **التحرير والتنوير**، مرجع سابق، ج٢٩، ص ١٦٨-١٦٩.

[٣] انظر: المرجع السابق، ج٢٩، ص ١٦٨-١٦٩.

[٤] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص ٣٦٩٩.

البيولوجي ينعكس على مستوى نشاطه واستجابته لميراث الخوف الموجودة في البيئة المحيطة[1].

المطلب الثاني: العوامل البيئية

يرى علماء النفس أن الطفل وإن كان يولد مزوداً بقدرة كامنة على الانفعال، فإن نمو الفرد انفعالياً يتوقف على التفاعل مع عوامل البيئة[2]. كما أن علماء النفس متفقون على أن الأنماط الانفعالية للفرد تتغير باستمرار منذ الطفولة الباكرة وحتى بعد سن الرشد، وذلك بتأثير من العوامل البيئية المحيطة[3]، وهذا يعني أن مخاوف الطفل تتبدل من سن لآخر، فالطفل الصغير الذي يبدي خوفاً ملحوظاً من الأصوات العالية، نجد أنه بعد مضيّ سنوات قليلة قد يقل خوفه من هذه الأشياء، ويظهر خوفه من أشياء أخرى، وهكذا تبقى مخاوفه في تبدل وتغير في جميع مراحل حياته[4].

ويمكن توضيح أثر الوسط البيئي في الخوف من خلال بيان أثر أهم مؤسستين اجتماعيتين يتفاعل معهما الطفل هما الأسرة والمدرسة، إضافة إلى الخبرات الانفعالية المؤلمة.

المؤسسة الأولى: الأسرة

تختص الأم بالدور الأكبر في تأثيرها على الأبناء في جميع مراحل حياتهم، فقد يخرج الطفل وهو كثير الصراخ، أو كثير التخوف، بسبب مؤثرات تلقاها من الحالة الانفعالية للأم،

---

(1) انظر: رحيم، محمد، **كيف تطرد الخوف من الموت والمرض**، مرجع سابق، ص ٥.

(2) انظر: عاقل، فاخر، **أصول علم النفس وتطبيقاته**، بيروت، دار العلم للملايين، ١٩٧٣، ص ٢١٧.

(3) المرجع السابق، ص ٢١٧.

(4) عبد الحميد، جابر وسليمان الخضري الشيخ، **دراسات نفسية في الشخصية العربية**، القاهرة، عالم الكتب، ١٩٧٨، ص ٤٣٢.

التي كانت تعيشها أثناء الحمل، فالجنين وهو في بطن أمه يتأثر بكثير من العوامل والظروف قبل أن يولد، ومن هذه العوامل اضطرابات الأم الانفعالية(1).

ويمكن توضيح أثر الأسرة في استثارة الخوف عند الأطفال من خلال أنماط التنشئة التي تتبعها الأسرة في تربية أبنائها، إضافة إلى الجو العام الذي يسود الأسرة.

أولاً: أنماط التنشئة الأسرية

للأنماط غير السوية في التنشئة الأسرية أكبر الأثر في استثارة مخاوف الفرد، والمتمثلة بـــ:

أ. **أسلوب القسوة الزائدة أو التسلط**: وهو يعني تحكم الأب أو الأم في نشاط الطفل والوقوف أمام رغباته، ومنعه من القيام بسلوك معين لتحقيق رغباته، مع ما يرافق ذلك من العنف أو الضرب(2).

ويتمثل هذا النمط في الإسراف في القسوة والصرامة، والشدة مع الطفل، وإنزال العقوبة به بصورة مستمرة، وزجره وتوبيخه كلما أراد أن يعبر عن نفسه(3).

فقد يؤدي هذا النمط من التربية إلى فقدان الثقة بالنفس، والشعور بالعجز، فلا يجرؤ الطفل في المستقبل على اتخاذ قرار، فيؤدي به إلى الانطواء والانسحاب، وصعوبة تكوين شخصية مستقلة، فيبقى متخوفاً من كلّ عمل يفكر بالإقدام عليه(4).

---

(1) انظر: العيسوي، عبد الرحمن، **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**، مرجع سابق، ص١٣.

(2) انظر: كامل، سهير، **تنشئة الطفل وحاجاته**، الإسكندرية، مركز الإسكندرية للكتاب، ٢٠٠٢، ص١٠.

(3) انظر: العيسوي، **سيكولوجية التنشئة الاجتماعي**، مرجع سابق، ص٢٣٠.

(4) المرجع السابق، ص٢٣٠.

وقد يظهر نمط القسوة الزائدة في التنشئة الأسرية في النقد والتوبيخ للطفل، وذلك بشتمه بألفاظ من شأنها أن تشعره بالدونية، وفقدان تقديره لذاته، كما أن من الأخطاء التي ترتكبها الأسرة في عملية التنشئة هو ما يواجه به الطفل من النقد اللاذع، كلما أتى سلوكاً غير مرغوب فيه، مما يشعره بالنقص وفقدان الثقة بالنفس، فيصبح كثير التردد عند القيام بأي عمل خوفاً من أن يحرم رضا الكبار وحبهم، مما يساعد على تكوين شخصية دائمة الخوف من السلطة، غير واثقة بنفسها[1].

ب. **أسلوب الحماية الزائدة:** وهو يعني الإسراف في تدليل الطفل والإذعان لمطالبه مهما كانت شاذة أو غريبة ما يحيطونه به من اهتمام وعناية مبالغ فيها[2].

وهذا النمط مناقض تماماً لنمط القسوة الزائدة، غير أن آثاره لا تقل خطورة عن تلك التي يفرزها نمط القسوة الزائدة، فتجد الوالدين يحضرون للطفل كلّ ما يريد ومالا يريد، وقد يرجع السبب في ذلك إلى خوف الوالدين عليه، ولاسيما إذا كان الطفل الأول أو الوحيد، أو وسط عدد من البنات أو العكس فيبالغان في تدليله[3].

ومن الآثار السيئة لهذا النمط في التنشئة أنه يؤدي إلى إضعاف شخصية الطفل، وتعويده على الاعتماد على الآخرين، وعدم القدرة على تحمّل المسؤولية، وعدم الجرأة في اتخاذ القرارات وبالتالي تجعل منه شخصية غير قادرة على مواجهة المواقف المخيفة التي يتعرض لها لأنه اعتاد أن يحتمي بالآخرين.

---

(1) انظر: كامل، سهير، **تنشئة الطفل وحاجاته**، مرجع سابق، ص١١.

(2) العيسوي، **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**، مرجع سابق، ص٢٣٣.

(3) انظر: كامل، سهير، **تنشئة الطفل وحاجاته**، مرجع سابق، ص ١١.

وقد يتمثل هذا النمط في التنشئة بما يبديه الوالدين من خوف وقلق على أبنائهم بصورة مبالغ فيها، حيث تنتقل هذه الحالة عادة إلى الأبناء، فيصبحون خائفين قلقين لأبسط الأمور، فلو تعرض الطفل لسقوط على الأرض أو ارتفاع درجة حرارته، تجد الأم أو الأب يجري تجاه ابنه، وقد ظهرت عليه علامات الخوف من ارتباك واصفرار الوجه، وهذا بدوره يؤثر على شخصية الطفل فيصبح شديد الحساسية والاهتمام الزائد بنفسه، واهتمامه الزائد بنفسه، ولاشك أن هؤلاء الأطفال الذين ينشأون في هذا الجو الأسري يصبحون شديدي التأثر، كثيري المخاوف، لأن الخوف على من في المنزل يكون في العادة إسقاطاً للخوف على الذات[1].

ج. **أسلوب الإهمال:** وهذا يعني ترك الوالدين الطفل دون تشجيع على سلوك مرغوب فيه، أو محاسبة على سلوك غير مرغوب فيه وقد يكون سببه الانشغال الدائم عن الأبناء[2].

ولا شك أن هذا النمط من التربية يؤدي إلى شعور الطفل بفقدان الأمن النفسي في أسرته، مما يؤثر سلباً على انفعالاته، فنجده كثير التوجس والتخوّف من كلّ ما يحيط به.

د. **أسلوب التذبذب:** وهو يعني عدم استقرار الأب أو الأم من حيث استخدام أساليب الثواب والعقاب، فيعاقب الطفل على سلوك معين تارة ويثاب على نفس السلوك مرة أخرى[3]، وهذا من شأنه أن يجعل من الطفل شخصية حائرة متقلبة خائفة غير قادرة على التمييز بين المواقف، فلا يستطيع اتخاذ قرار مناسب.

فهذه الأنماط وإن اختلفت أساليبها وترددت ما بين القسوة الزائدة أو الحماية والتدليل، أو الإهمال، أو التذبذب في معاملة الطفل من شأنها أن تربي أفراداً بشخصيات ضعيفة فاقدة

---

(1) انظر: القوصي، عبد العزيز، **أسس الصحة النفسية**، ص ٣٢٢.

(2) انظر: كامل، سهير، **تنشئة الطفل وحاجاته**، مرجع سابق، ص١١.

(3) انظر: العيسوي، **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**، مرجع سابق، ص٢٣٠.

للثقة بالنفس مترددة، تثير مخاوفها أبسط الأمور، وقد تؤدي في النهاية إلى الإصابة بمخاوف مرضية مستعصية.

كما تجدر الإشارة هنا إلى أن أساليب التنشئة الأسرية تختلف من مجتمع إلى آخر، كما أنها قد تختلف داخل المجتمع الواحد، متأثرة بعدة عوامل منها؛ حجم الأسرة، والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة، وغيرها من العوامل ليس هذا مجال بحثها.

ثانيا: المحيط الأسري

إضافة إلى ما تثيره هذه الأنماط غير السوية من مخاوف في نفوس الأبناء فإن للجو الأسري الذي تسوده الاضطرابات الانفعالية أثر كبير في إثارة مخاوف الأطفال.

فكثرة الشجار والخلافات بين أفراد الأسرة وخاصة الأب والأم تولد جواً متوتراً يخيم على الأسرة فيساعد في زعزعة ثقة الطفل بوالديه مما يجعل الأطفال في دوامة من الخوف حيث أن كثيراً من حالات الاضطراب العصبي تنشأ من تزعزع ثقة الطفل بالعلاقات التي بين والديه[1].

ثالثا: الخبرات الانفعالية

تؤدي الخبرات الانفعالية المؤلمة، التي مر بها الإنسان خلال مراحل حياته، وخاصة في مرحلة الطفولة إلى الخوف، فعندما يتعرض الطفل لمهاجمة حيوان معين كالكلب ويصيبه في جسده، نجد هذا الطفل يبدأ يخاف ذلك الحيوان، ويعمم الخوف على جميع الحيوانات والمواقف المشابهة، فكما يقال: الذي تلدغه الأفعى يخاف من جر الحبل.

---

[1] انظر: القوصي، عبد العزيز، أسس الصحة النفسية، مرجع سابق، ص٣٢٣.

والخبرات الانفعالية التي تؤثر في استجابة الإنسان لانفعال الخوف كثيرة منها، تعرض الشخص لحادث سيارة قد يدفعه إلى الخوف من ركوب السيارة وقيادتها، ومنها أيضا تعرض الإنسان لحادثة مؤلمة في مكان ما قد يدفعه إلى الخوف من ذلك المكان، وغيرها كثير، فمثل هذه الخبرات المؤلمة من شأنها أن تؤثر على نفس الطفل في استجابته لانفعال الخوف[1].

المؤسسة الثانية: المدرسة

للمدرسة دور كبير في توجيه انفعالات المتعلمين، بما يمارسه المدير من أساليب في إدارة المدرسة، وكذلك أسلوب المعلم في التدريس وطبيعة علاقته بالمتعلمين، وهي مسؤولة عن تخريج أفراد يتسمون بالاتزان الانفعالي، إذا قامت برسالتها على أكمل وجه، ويؤدي الإخلال بهذه الرسالة إلى إثارة المخاوف لدى المتعلمين، ومما يؤدي إلى ذلك:

أ. النمط التسلطي التي يتبعه المدير في تدبير شؤون المدرسة، وفرض العقوبات القاسية على المتعلمين عند الإخلال ببعض قوانين الإدارة،، كالتهديد الدائم بالفصل من المدرسة أو الرسوب في الامتحانات، أو العقاب البدني فهذه من شأنها توليد مخاوف عند المتعلمين.

وقد أشار ابن خلدون إلى الآثار السيئة المترتبة على أسلوب القسوة في التنشئة بقوله: "ومن كان مرباه بالعسف (الظلم) والقهر من المتعلمين.. سطا به القهر، وضيق على النفس في انبساطها، وذهب بنشاطها ودعاه إلى الكسل، وحمل على الكذب والخبث، وهو التظاهر بغير ما في ضميره، خوفاً من انبساط الأيدي بالقهر عليه"[2].

فمن الآثار السيئة لأسلوب الشدة والقسوة في التربية كما بيّنها ابن خلدون، أنه يؤدي بالطفل إلى القهر، ومن شدة خوفه من سلطة والديه يتعلم الكذب والخداع، ويظهر غير ما

---

(1) انظر: المرجع السابق، ص ١٣٨.

(2) ابن خلدون، عبد الرحمن بن محمد، **مقدمة ابن خلدون**، بيروت، المكتبة العصرية، تحقيق درويش الجويدي، ٢٠٠٣، ص ٣٣٨-٣٣٩.

بداخله حتى لا يعرض نفسه للعقاب القاسي، حيث يسهم هذا في تكوين شخصية قلقة دائمة التخوّف من السلطة، تتسم بالخجل الزائد، والحساسية المفرطة.

ب. أساليب التدريس التقليدية التي يتبعها المعلم في تدريس المنهاج، والقائمة على التلقين والسرد، دون إتاحة الفرصة للحوار والنقاش، مع غياب أسس التعامل السليم مع المتعلمين، والتي تقوم على احترام المتعلم وتشجيعه على إثبات ذاته، مما يزعزع عنده الثقة بالنفس، وقد يثير عنده بعض المخاوف كالخوف من المدرسة، والخوف من الفشل، ومن الاختبارات المدرسية[1].

رابعاً: الظروف السياسية

للعوامل السياسية دور كبير في إثارة المخاوف لدى الإنسان سواءً ما كان منها على المستوى الداخلي أم الخارجي.

فعلى الصعيد الداخلي فإن لنمط السياسة الداخلية أثراً كبيراً في خلق جوٍّ من التوتر الداخلي عند الفرد لما تفرضه من قيود على حرية الأفراد، فلا تسمح لهم بالتعبير عن آرائهم ومشكلاتهم مما يوجد جواً خانقاً من العجز، وفقدان الثقة وعدم الشعور بالأمن. مما يمهد لظهور شخصيات سلبية قلقة في المجتمع.

وعلى الصعيد الخارجي فإن لهيمنة الدول الكبرى والتي تمثلها أمريكا في هيمنتها على العالم وتوجيهه لصالحها والتعامل معه بغطرسة واستكبار، وما تمارسه على شعوب العالم من ضغوطات وتهديدات ليكونوا تابعين لها ودائرين في فلكها، أكبر الأثر في إثارة مخاوف الشعوب المستضعفة[2].

---

(1) انظر: الحارثي، إبراهيم بن أحمد، **نحو إصلاح المدرسة في القرن الحادي والعشرين**، الرياض، مكتبة الشقري، ٢٠٠٣، ص ٣٢٩.

(2) انظر: الخالدي، صلاح عبد الفتاح، **الحرب الأمريكية بمنظار سيد قطب**، عمان، دار العلوم، ٢٠٠٣، ص ٤٨-٥٢.

كما أن سيطرة شهوة الحرب على العقلية الأمريكية، وتمكن النزعة العسكرية العدوانية فيها، وما مارسته من هذه السياسة العدوانية على أرض العرب والمسلمين في بعض المواقع، وما تخطط له في مواقع أخرى فهذا من شأنه أن يهدد السلام والأمن، ويوجد القلق والخوف من توقع الحروب التي لا ينتج عنها إلا الخراب والدمار[١].

كما أن للصراعات الخارجية دور كبير في إثارة المخاوف ويأتي الصراع العربي الإسرائيلي في قائمة هذه الصراعات، وما يخلّفه في النفوس من الإحساس بالقلق والخوف من المطامع الصهيونية التي لا تقف عند حد.

وبالتالي يمكن القول بأن للاستعمار والتبعية الاقتصادية والفكرية دوراً هاماً في تكوين بعض صفات الشخصية القلقة والضعيفة، وقد تبيّن من دراسة علماء الاجتماع لمثل هذه العوامل أن الشعوب الضعيفة والمستعمرة التي لا تملك أبسط الحقوق تنتشر فيها صفات الخوف والدونية أكثر من غيرها من الشعوب[٢].

نستطيع من كلّ ما سبق أن نخلص إلى أن هذه العوامل مجتمعة تسهم بدور كبير في تشكيل شخصيات ضعيفة، يثير قلقها وخوفها أبسط الأمور. فكلّ عامل يتأثر بشكل مباشر، أو غير مباشر بغيره من العوامل، فالسياسة الخارجية قد تؤثر على نمط السياسة الداخلية، وهذه بدورها قد تؤثر على نمط التنشئة والتربية داخل الأسرة، كما قد تؤثر على النظم التربوية وأساليب الإدارة التعليمية.

---

[١] المرجع السابق، ص ٤٨-٥٢.

[٢] المالح، حسان، **الخوف الاجتماعي**، مرجع سابق، ص١١٠.

خلاصة الفصل الثاني

وتبين لنا في هذا الفصل أن للخوف أهمية كبيرة تتمثل في تهيئة الإنسان لمواجهة مواقف الخطر، وبما يؤدي إليه من تعلم أنماط سلوكية، إيجابية، ومن تيسير عملية التعلم وحسن الإعداد والتخطيط، إضافة إلى الأهمية الكبرى، التي يؤديها الخوف من الله تعالى، من تقويم السلوك وتحقيق الاستقامة لشخصية المؤمن وبالتالي تحقيق السعادة الدنيوية والأخروية له.

كما تبيّن لنا في هذا الفصل مراعاة الإسلام لانفعال الخوف حتى تأثرت به كثير من الأحكام الفقهية، كما توصلت الباحثة أيضاً إلى أن هناك عوامل كثيرة تؤثر في استثارة المخاوف لدى الفرد، تمثلت بالعوامل الفطرية، حيث خلصت إلى أن الإنسان يولد مزودا باستعدادات فطرية للخوف. إضافة إلى العوامل البيئية ممثلة بالأسرة والمدرسة، حيث خلصت إلى أهمية الدور الذي تضطلع به هاتان المؤسستان الاجتماعيتان في استثارة الخوف في نفوس الأفراد بما تمارسه من أساليب غير سوية في تنشئة النشء وتربيته. وكذلك اضطراب الظروف السياسية الداخلية والخارجية، وأثر ذلك في تهديد الأمن واستثارة المخاوف.

الفصل الثالث

منهج الإسلام في تربية انفعال الخوف

تفرد الإسلام بمنهج متميز في تربية انفعال الخوف عند المسلم، بما يقوم عليه من أسس نفسية قويمة، فهو صادر من خالق النفس البشرية، وهو الأعلم بما يصلحها.

ولتوضيح هذا المنهج، فقد قامت الباحثة ببيان منهج كلّ من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة في تربية انفعال الخوف عند المسلم، حيث استطاعت من خلال تتبع آيات القرآن الكريم، وأحاديث الرسول الكريم ﷺ المتعلقة بالخوف أن تستقي منها مبادئ وقواعد عامة في تربية هذا الانفعال، وتوضيح هذه المبادئ والقواعد بضرب أمثلة لبعض المخاوف الشائعة، وكيف ربى الإسلام هذه المخاوف، وعليه فقد جاء هذا الفصل في مبحثين رئيسين:

- المبحث الأول: منهج القرآن الكريم في تربية انفعال الخوف.
- المبحث الثاني: منهج السنة النبوية الشريفة في تربية انفعال الخوف.

المبحث الأول

منهج القرآن الكريم في تربية انفعال الخوف

يحاول هذا المبحث توضيح المنهج الذي خطه القرآن الكريم لتربية انفعال الخوف عند المسلم، ولعل أهم ما يميز هذا المنهج أنه منهج وقائي، قبل أن يكون علاجياً، فهو يستبق حدوث المرض أو تفاقمه، وذلك بإقامة الحواجز وخطوط الدفاع الأولى، وبناء المصدات الواقية أمامه لمنع تقدمه واستشرائه.

لذا نجد أن القرآن الكريم يعتمد في منهجه لتربية انفعال الخوف على وضع حواجز منيعة، أمام كلّ مدخل من مداخل الخوف والقلق حتى لا يقع الإنسان فريسة لمخاوفه، وقد تضمن هذا المنهج مبادئ هامة لتربية هذا الانفعال، يمكن توضيحها بالمطالب الآتية:

- <u>المطلب الأول</u>: غرس العقيدة الصحيحة في النفوس.
- <u>المطلب الثاني</u>: توجيه انفعال الخوف عند المؤمن إلى الله تعالى.
- <u>المطلب الثالث</u>: بث الثقة والطمأنينة في نفس الخائف.
- <u>المطلب الرابع</u>: توجيه النفوس إلى القيم المعنوية الخالدة.

المطلب الأول: غرس العقيدة الصحيحة في النفوس

تعرف العقيدة بأنها: مجموعة من قضايا الحق البدهية المسلَّمة بالعقل والسمع والفطرة، يعقد عليها الإنسان قلبه، ويثني عليها صدره، جزماً بصحتها، قاطعاً بوجودها وثبوتها[١]، كاعتقاد الإنسان بوجود خالقه وعلمه وقدرته وأنه النافع والضار، وأن الذين من دونه لا يملكون نفعاً ولا ضراً ولا حياة ولا نشورا.

وللعقيدة الإسلامية آثار إيجابية تظهر في جميع جوانب الشخصية الإنسانية، فهي تحقق للمسلم القوة والصحة النفسية، وتمده بالعزة، والأمن والطمأنينة والشجاعة، ومتى انغرست هذه المعاني في النفس، تحررت من قيود الخوف وإسار الجبن.

ولعل من أكثر المخاوف الشائعة بين الناس هي تلك المتعلقة بالخوف من أذى الناس، وضرر الأعداء وأصحاب السلطة، والخوف على الأجل والرزق، لذا نجد القرآن الكريم، يركز على غرس العقيدة الصحيحة المتعلقة بهذه الأمور، لما لها من تأثير كبير في تحرير الإنسان من مخاوفه الزائفة، وسيتم شرح هذا المبدأ بالنقاط الآتية:

أولاً: ما يتعلق بالخوف الاجتماعي

من الأمور التي يركز عليها القرآن الكريم في تربية هذا النوع من المخاوف جعل قلب المؤمن معلقاً ومرتبطاً بالله تعالى، فلا يذل لأحد من البشر في طلب نفع، أو دفع ضرر مصداقاً لقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَإِن يَمْسَسْكَ ٱللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُۥٓ إِلَّا هُوَ ۖ وَإِن

---

[١] انظر: الجزائري، أبو بكر جابر، **عقيدة المؤمن**، بيروت، المكتبة العصرية، ١٩٩٩، ص١٤.

يَمْسَسْكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ ﴿١٧﴾ وَهُوَ ٱلْقَاهِرُ فَوْقَ عِبَادِهِۦ ۚ وَهُوَ ٱلْحَكِيمُ ٱلْخَبِيرُ ﴾[١].

ومتى انغرست هذه العقيدة في نفس المؤمن، فإنها تحرره من الخوف من الناس، ومن الأعداء مهما بلغت قوتهم، وفي ذلك يقول الله تبارك وتعالى: ﴿ أَلَيْسَ ٱللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُۥ ۖ وَيُخَوِّفُونَكَ بِٱلَّذِينَ مِن دُونِهِۦ ۚ وَمَن يُضْلِلِ ٱللَّهُ فَمَا لَهُۥ مِنْ هَادٍ ﴾[٢]، ففي هذه الآية يبدد الله تعالى كلّ تخويفات المبطلين التي يرددونها بإقرار حقيقة هامة في النفوس، وهي أن الله تعالى يكفي من عبده وتوكل عليه حق التوكل، فيدفع عنه الويلات والمصائب. وفي سبب نزول هذه الآية أن المشركين خوفوا الرسول الكريم ﷺ مضرة الأوثان، فقالوا: أتسب آلهتنا؟ لئن لم تكف عن ذكرها لتخبلنّكَ أو تصيبنك بسوء؟ فأبطل الله تعالى توعد المشركين، بأن بين الله تعالى أنه يحمي نبيه ﷺ وأن ما يتوعدونه بأصنامهم وآلهتهم التي يدعونها من دون الله جهلاً منهم وضلالاً، فهي لا تملك نفعاً ولا ضراً[٣].

وهذا توجيه لكلّ مؤمن أن لا تخيفه أي قوة مهما بلغت، وأن يزن هذه القوة بميزانها الصحيح، فماذا عساها أن تأتي بجانب قوة العزيز الجبار، فإرادة الله هي النافذة ومشيئته هي الغالبة[٤].

---

[١] سورة الأنعام: آية ١٧-١٨.

[٢] سورة الزمر: آية ٣٦.

[٣] انظر: الزحيلي، التفسير المنير، مرجع سابق، ج٢٤، ص ٩-١٠.

[٤] انظر: قطب، في ظلال القرآن، مرجع سابق، ج٤، ص ٣٠٥٣.

كما أن القرآن الكريم ركّز على البناء العقدي من خلال غرس الإيمان بالقدر عند الإنسان، وأن لا أحد من الناس يستطيع أن يغير قدر الله سبحانه وتعالى مصداقاً لقوله تبارك وتعالى: ﴿ قُل لَّن يُصِيبَنَآ إِلَّا مَا كَتَبَ ٱللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَىٰنَا ۚ وَعَلَى ٱللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ ٱلْمُؤْمِنُونَ ﴾[1]، وقوله تبارك وتعالى: ﴿ قُلْ فَمَن يَمْلِكُ لَكُم مِّنَ ٱللَّهِ شَيْـًٔا إِنْ أَرَادَ بِكُمْ ضَرًّا أَوْ أَرَادَ بِكُمْ نَفْعًۢا ﴾[2].

ولتثبيت هذه العقيدة في النفوس فقد جعل القرآن الكريم الاعتقاد بأن الله تعالى بيده وحده الضر والنفع من لوازم ومقتضيات توحيد الإلوهية، واعتبر كلّ من يعتقد بأن غير الله سواءً كان وثناً أم طاغوتا أو غير ذلك قادر على النفع والضر مشرك بالله تعالى، وهذا معتقد المشركين في أصنامهم وآلهتهم حيث كانوا يخافون منها ويخوّفون الناس بها[3]، كما حصل مع إبراهيم عليه السلام عندما خوفه قومه بآلهتهم أن تصيبه بسوء، وفي ذلك يقول الله تبارك وتعالى: ﴿ وَحَآجَّهُۥ قَوْمُهُۥ ۚ قَالَ أَتُحَٰٓجُّوٓنِّى فِى ٱللَّهِ وَقَدْ هَدَىٰنِ ۚ وَلَآ أَخَافُ مَا تُشْرِكُونَ بِهِۦٓ إِلَّآ أَن يَشَآءَ رَبِّى شَيْـًٔا ۗ وَسِعَ رَبِّى كُلَّ شَىْءٍ عِلْمًا ۗ أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ ﴿٨٠﴾ وَكَيْفَ أَخَافُ مَآ أَشْرَكْتُمْ وَلَا تَخَافُونَ أَنَّكُمْ أَشْرَكْتُم بِٱللَّهِ مَا لَمْ يُنَزِّلْ بِهِۦ عَلَيْكُمْ

---

(1) سورة التوبة: آية ٥١.

(2) سورة الفتح: آية ١١.

(3) انظر: الشلول، زكريا، أثر العقيدة في السلوك الإنساني، عمان، دار الوضاح، ٢٠٠٥، ص ٢٨٦.

سُلۡطَـٰنًاۚ فَأَيُّ ٱلۡفَرِيقَيۡنِ أَحَقُّ بِٱلۡأَمۡنِۖ إِن كُنتُمۡ تَعۡلَمُونَ ﴿٨١﴾ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَلَمۡ يَلۡبِسُوٓاْ إِيمَـٰنَهُم بِظُلۡمٍ أُوْلَـٰٓئِكَ لَهُمُ ٱلۡأَمۡنُ وَهُم مُّهۡتَدُونَ ﴾[1].

فهذه المحاججة التي كانت بين إبراهيم عليه السلام وبين قومه قامت على المنطق العقلي السليم، فعندما خوفه قومه بهذه الآلهة كان جوابه أنها مخلوقات لا تملك أن ترد الضر عن نفسها فيكف تردها عن غيرها، بدليل أنه حطمها فلم تستطع أن تدفع عن نفسها الضر، مبيناً لهم أن الضر والنفع بيد الله تعالى وحده، وهو الأحق والأولى بأن يخافه الإنسان، وكيف يخاف ما لا يضر ولا ينفع ولا يخلق ولا يرزق، وأنتم لا تخافون ما صدر منكم من الشرك بالله، وهو الضار والنافع والخالق والرازق، ثم أن سيدنا إبراهيم عليه السلام استفهم على جهة التقرير "أي الفريقين أحق بالأمن"، الذي لم يشرك بالقادر العالم، الذي لم يخالط إيمانه ظلم، أم من يجعل مع الله شريك، فيعبد من دونه آلهة لا تنفع ولا تضر، فيقضي بينهم الحق سبحانه ويقرر أن المؤمنين هم الأحق بالأمن والطمأنينة والسكينة، جزاء صدقهم وتوحيدهم لله تعالى[2].

فهذه الآية توجه الإنسان إلى التمسك بالعقيدة الصادقة، لما لها من أثر كبير في تخليص الإنسان من مخاوفه وتعلقه بالله تعالى، فلا يخشى أي قوة من قوى الأرض لأنه يعلم أنه لا أحد يملك له نفعاً ولا ضراً إلا بإذنه سبحانه.

---

[1] سورة الأنعام: آية ٨٠- ٨٢.

[2] انظر: الشوكاني، فتح القدير، مرجع سابق، ج١، ص ٥٤٨.

ثانياً: ما يتعلق بالخوف من الموت

من الأمور التي ركز عليها القرآن الكريم في تربية الخوف من الموت عند المسلم غرس عقيدة الأجل في النفوس، لتنفض عن كاهل الإنسان الخوف الزائف الذي لا يقدّم في أجل الإنسان شيئاً ولا يؤخر، ويمكن توضيح منهج القرآن الكريم في ترسيخ هذه العقيدة في النفوس بما يأتي:

أ. إقرار حقيقة حتمية الموت، قال تبارك وتعالى: ﴿ كُلُّ نَفْسٍ ذَآئِقَةُ ٱلْمَوْتِ ﴾[1]، وقوله تعالى: ﴿ إِنَّكَ مَيِّتٌ وَإِنَّهُم مَّيِّتُونَ ﴾[2]، وقوله أيضاً: ﴿ وَمَا جَعَلْنَا لِبَشَرٍ مِّن قَبْلِكَ ٱلْخُلْدَ ۖ أَفَإِيْن مِّتَّ فَهُمُ ٱلْخَٰلِدُونَ ﴾[3]، وقوله تبارك وتعالى: ﴿ قُلْ إِنَّ ٱلْمَوْتَ ٱلَّذِى تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُۥ مُلَٰقِيكُمْ ۖ ﴾[4]، فالخوف من الموت لا يقدّم ولا يؤخر في أجل الإنسان، مهما احتاط الإنسان لذلك من الفرار والاختباء في أماكن محصنة لقوله تبارك وتعالى: ﴿ أَيْنَمَا تَكُونُوا۟ يُدْرِككُّمُ ٱلْمَوْتُ وَلَوْ كُنتُمْ فِى بُرُوجٍ مُّشَيَّدَةٍ ۗ ﴾[5]، فالموت نهاية كلّ حي، ولا ينفرد بالبقاء إلا الله تعالى، وفي الموت يستوي كلّ البشر بما فيهم رسول الله ﷺ.

---

[1] سورة آل عمران: آية ١٨٥.

[2] سورة الزمر: آية ٣٠.

[3] سورة الأنبياء: آية ٣٤.

[4] سورة الجمعة: آية ٨.

[5] سورة النساء: آية ٧٨.

ب. إقرار حقيقة أن لكلّ نفس أجل محدد، والآيات التي تقر هذه الحقيقة كثيرة منها قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ ۖ فَإِذَا جَآءَ أَجَلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً ۖ وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ ﴾[1]، وقوله تبارك وتعالى: ﴿وَمَا كَانَ لِنَفْسٍ أَنْ تَمُوتَ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ كِتَابًا مُؤَجَّلًا﴾[2]، فالله تعالى جعل لكلّ نفس ميقات محدد، لا تملك قوة في هذه الأرض أن تزيد أو تنقص من هذا الميقات، ولا يغني حذر من قدر، ولن تموت نفس قبل بلوغ أجلها وإن خاضت المهالك، واقتحمت المعارك[3]، لذلك كان رد الله تعالى على المنافقين حين قالوا في غزوة بدر، لو كان لنا رأي ومشورة في هذه الواقعة ما قتلنا ههنا "بأن الأسباب وإن عظمت تنفع إذا لم يعارضها القدر والقضاء، فإذا عارضها القدر لم تنفع شيئاً، ولابد أن يمضي الله تعالى ما كتب في اللوح المحفوظ من الموت والحياة[4]، وفي ذلك يقول الله تعالى: ﴿ يَقُولُونَ لَوْ كَانَ لَنَا مِنَ الْأَمْرِ شَيْءٌ مَّا قُتِلْنَا هَاهُنَا ۗ قُل لَّوْ كُنتُمْ فِي بُيُوتِكُمْ لَبَرَزَ الَّذِينَ كُتِبَ عَلَيْهِمُ الْقَتْلُ إِلَىٰ مَضَاجِعِهِمْ ۖ ﴾[5].

---

(1) سورة الأعراف: آية ٣٤.

(2) سورة المنافقون: آية ١١.

(3) انظر: الزمخشري، الكشاف، عن حقائق التنزيل وعيون الأقاويل، بيروت، دار الفكر، ١٩٧٧، ج١، ص ٤٦٨.

(4) انظر: السعدي، عبد الرحمن ناصر، **تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان**، بيروت، مؤسسة الرسالة، ١٩٩٦، ص ١٢١.

(5) سورة آل عمران: آية ١٥٤.

ومتى انغرست عقيدة الأجل في نفس المؤمن، فقد تحرر من عقدة الخوف على أجله، فلا يخاف إلا الله، ولا يجبن عند لقاء الأعداء، ولا يذل لأحد إلا لله، لأنه موقن بأن أجله واحد، وهذه العقيدة الصادقة هي التي ربت تلك النماذج البشرية الرائعة، التي ارتبطت بخالقها، فاستمدت منه القوة والعزيمة، حتى تضاءلت أمامها أعتي قوى الأرض، فانطلقت في ساحات المعارك بكلّ جرأة وشجاعة، يجاهدون في الله ولا يخافون لومة لائم، مطمئنين إلى قدر الله عز وجل، لا يضعف عزيمتهم خوف على أجل أو حياة ولا يثبطهم قول المنافقين، أصحاب العقائد المشوهة حيث كانوا يقولون إذا سافر أحد أو شارك في غزوة، فيجري عليه موت أو قتل، لو كانوا عندما ما ماتوا وما قتلوا، وفي ذلك يقول الله تعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا تَكُونُواْ كَٱلَّذِينَ كَفَرُواْ وَقَالُواْ لِإِخْوَٰنِهِمْ إِذَا ضَرَبُواْ فِي ٱلْأَرْضِ أَوْ كَانُواْ غُزًّى لَّوْ كَانُواْ عِندَنَا مَا مَاتُواْ وَمَا قُتِلُواْ لِيَجْعَلَ ٱللَّهُ ذَٰلِكَ حَسْرَةً فِي قُلُوبِهِمْ ۗ وَٱللَّهُ يُحْيِۦ وَيُمِيتُ ۗ وَٱللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴾[1]، فهذه العقيدة الباطلة لا تفيدهم شيئاً، وإنما يجعلها الله حسرة في قلوبهم، فتزداد مصيبتهم، وأما المؤمن فإنه يعلم أن ذلك بقدر الله، فيسلّم به، ويخفف عنه المصيبة، ذلك أن الذين يتيقن أن كلّ موت وقتل بأجل سابق، يجد برد اليقين، والتسليم لله تعالى على قلبه، والذي يعتقد أن قرينه لو قعد في بيته لم يمت يعش بتحسر وتلهف طيلة حياته"[2].

---

[1] سورة آل عمران: آية ١٥٦.

[2] انظر: ابن عطية، المحرر الوجيز، مرجع سابق، ج١، ص ٥٣٢.

جـ- إقرار حقيقة أن الموت ليس نهاية الحياة، بل هو انتقال إلى حياة أخرى، وقد يكون في الموت حياة. فما يبدو للبعض بأنه اقتراب من الموت، كان المؤمنون الصادقون ينظرون إليه على أنه الحياة، وما تسابقهم للجهاد إلا لأن لديهم مفهوم أوسع للحياة، فلم ينظروا إلى الموت من تلك الزاوية الضيقة، فهم يفقهون قوله تعالى: ﴿ كُتِبَ عَلَيْكُمُ ٱلْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهٌ لَّكُمْ ۖ وَعَسَىٰٓ أَن تَكْرَهُوا۟ شَيْـًٔا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ وَعَسَىٰٓ أَن تُحِبُّوا۟ شَيْـًٔا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَٱللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴾[1] فالمؤمن مع ما يعرفه من كراهية النفس البشرية للقتال لما فيه من إخراج المال ومفارقة الوطن والأهل، والتعرض بالجسد للجراح وقطع الأطراف، وذهاب الأنفس، إلا أنه يعلم أن فيه خيراً للمسلمين، من تحقيق الغلبة والظفر، ونيل الشهادة، وهو بذلك حي يرزق عند ربه[2]، مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ وَلَا تَحْسَبَنَّ ٱلَّذِينَ قُتِلُوا۟ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ أَمْوَٰتًۢا ۚ بَلْ أَحْيَآءٌ عِندَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ ﴿١٦٩﴾ فَرِحِينَ بِمَآ ءَاتَىٰهُمُ ٱللَّهُ مِن فَضْلِهِۦ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِٱلَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا۟ بِهِم مِّنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴾[3]. كما أن باستشهادهم تحقيق الحياة الكريمة للمسلمين وبدون هذا الجهاد والاستشهاد يبقى العدو مستولياً على البلاد ومستضعفاً العباد، فيخضعهم لسلطانه، وبالتالي يمنعهم الحياة الكريمة التي ينشدونها لذلك

---

(1) سورة البقرة: آية ٢١٦.

(2) انظر: القرطبي، **الجامع لأحكام القرآن**، مرجع سابق، ج٣، ص٢٧.

(3) سورة آل عمران: آية ١٦٩-١٧٠.

انطلقوا لساحات الجهاد دون خوف على حياة أو خوف من لومة لائم قال تعالى:

﴿يُجَٰهِدُونَ فِي سَبِيلِ ٱللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَآئِمٍ﴾[1].

والعقيدة هي التي توقف الإنسان على سرّ الحياة بعد الموت، وهي التي تعرّفه أن الموت ليس فناءً، وإنما هو انتقال من الحياة الدنيوية إلى الحياة البرزخية، ثم بعدها النشأة الأخرى، يوم البعث والنشور[2]، ومن الآيات التي تبين هذه الحقيقة قوله تعالى: ﴿ ٱللَّهُ ٱلَّذِى خَلَقَكُمْ ثُمَّ رَزَقَكُمْ ثُمَّ يُمِيتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ ﴾[3]، وقوله تعالى: ﴿كَيْفَ تَكْفُرُونَ بِٱللَّهِ وَكُنتُمْ أَمْوَٰتًا فَأَحْيَٰكُمْ ثُمَّ يُمِيتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ﴾[4]، فالله تعالى يُقرُّ في خلد الناس أن بعد الموت حياة، وأكد ذلك في كثير من آيات القرآن الكريم، لتصبح عقيدة راسخة في نفوسهم، فهو الذي خلق الإنسان من عدم، ثم أنعم عليه بأصناف النعم، ثم يميته عند استكمال أجله، ثم يحييه ويرجع إليه فيجازيه الجزاء الأوفى[5].

فالمؤمن الذي يعتقد بوجود حياة أخرى بعد الموت، ينطلق في هذه الحياة للعمل وهو منشرح الصدر، مطمئن لقدر الله عز وجل، فلا يدفعه خوفه من الموت إلى اليأس والقنوط أو الحزن على فراق هذه الحياة لأنه يعلم أن الموت ينقله إلى دار الخلود، وإلى النعيم المقيم، وإلى رحمة الحي الكريم، فقد روي أنه قيل لأعرابي رسخت هذه العقيدة في نفسه حين اشتد مرضه:

---

(1) سورة المائدة: آية ٥٤.

(2) انظر: القرضاوي، يوسف، **الإيمان والحياة**، بيروت، مؤسسة الرسالة، ط٤، ١٩٧٩، ص ١٦١-١٦٢.

(3) سورة الروم: آية ٤٠.

(4) سورة البقرة: آية ٢٨.

(5) انظر: السعدي، **تيسير الكريم الرحمن**، مرجع سابق، ص.٣٠

إنك ستموت. فقال: وإلى أين يُذهب بي بعد الموت. قالوا: إلى الله، فقال: ويحكم وكيف أخاف الذهاب إلى من لا أرى الخير إلا من عنده"[1].

أما أولئك الذين لا يعتقدون بوجود حياة أخرى بعد الموت، يتضاعف خوفهم، ويؤدي بهم إلى الوقوع في اسر الأوهام والأحزان على فراق هذه الحياة، وقد بين القرآن الكريم، إنكار الكفار لحقيقة الحياة بعد الموت في آيات كثيرة منها؛ قوله تعالى: ﴿ أَءِذَا مِتْنَا وَكُنَّا تُرَابًا ذَٰلِكَ رَجْعٌ بَعِيدٌ ﴾[2]، وقوله تعالى: ﴿ وَأَقْسَمُوا بِاللَّهِ جَهْدَ أَيْمَانِهِمْ لَا يَبْعَثُ اللَّهُ مَن يَمُوتُ ﴾[3]، لذلك فإن الملاحدة الجاحدين هم أكثر الناس خوفاً من الموت فهم ينظرون إليه على أنه نهاية مجهولة، ومصير مخوف، وفي ذلك يقول ابن مسكويه: "إن الخوف من الموت ليس يعرض إلا لمن لا يدري الموت على الحقيقة، أو لأنه يظن أن بدنه إذا انحل وبطل تركيبه فقد انحلت ذاته وبطلت نفسه بطلان عدم ودثور، وأن العالم سيبقى موجوداً وليس هو بموجود فيه، كما يظنه من يجهل بقاء النفس وكيفية المعاد، أو لأنه يظن أن للموت ألماً عظيماً، ولأنه يعتقد عقوبة تحل به بعد الموت، أو لأنه متحيّر لا يدري على أي شيء يقدم بعد الموت، أو لأنه يأسف على ما يخلفه من المال والقينات، وهذه كلها ظنون باطلة لا حقيقة لها"[4].

---

[1] انظر: القرضاوي، **الإيمان والحياة**، مرجع سابق، ص ١٦٣.

[2] سورة ق: آية ٣.

[3] سورة النحل: آية ٣٨.

[4] انظر: ابن مسكويه، أبو علي أحمد بن محمد، **تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق**، بيروت، دار مكتبة الحياة، ط٢، د.ت، ص ١٧٥.

وهذه الأسباب التي ذكرها ابن مسكويه هي من أكثر أسباب الخوف من الموت، فلو سألنا كثيراً من الأشخاص عن سبب خوفهم من الموت، فغالباً تكون الإجابة إحدى الاحتمالات الآتية[1]:

غموض حقيقة الموت، أو الخوف من الذنوب والمعاصي، أو الافتراق عن الأحبة والملذات والآمال، أو انحلال الجسد، أو فقدان القيمة الاجتماعية للإنسان. غير أن العقيدة الإسلامية هي التي تبدد هذه الأوهام عند المؤمن وتلقي عليه ظلال الأمن والسكينة.

ثالثاً: ما يتعلق بالخوف من الفقر

يمكن أن نوضح منهج القرآن الكريم في غرس العقيدة المتعلقة بالرزق بما يلي:

- إقرار حقيقة أن الرزق بيد الله تعالى، والآيات التي توضح هذه الحقيقة كثيرة منها؛ قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَلَا تَقْتُلُوٓاْ أَوْلَٰدَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَٰقٍ ۖ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ۚ إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْـًٔا كَبِيرًا ﴾[2]، فتبين هذه الآية الكريمة عادة جاهلية، وهي قتل الأولاد مخافة الفقر، وهذا يعود إلى اعتقاد غير صحيح وهو أن الولد سيقاسم والده رزقه فجاء القرآن وأزال هذه المعتقدات الباطلة، وغرس مكانها العقيدة الصحيحة ليحرر الإنسان من مخاوفه الزائفة من الفقر، فبيّن لهم أن الرزق بيد الله سبحانه وتعالى، وفي هذه الآية قدم رزق الأبناء على رزق الآباء، فقال الله تبارك وتعالى: ﴿ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ﴾[3]، ذلك أن قتلهم لأولادهم كان خوفاً من أن يكونوا سبباً في فقرهم، بينما نجد أنه في موضع آخر يقدم

---

[1] انظر: ابن رحيم، **كيف تطرد الخوف من الموت والمرض**، مرجع سابق، ص ١٠.

[2] سورة الإسراء: آية ٣١.

[3] سورة الأنعام: آية ١٥١.

رزق الآباء على رزق الأبناء في قوله تعالى: ﴿ وَلَا تَقْتُلُوٓاْ أَوْلَـٰدَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَـٰقٍ ۖ نَّحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ ۚ ﴾، لأنّ قتلهم لأولادهم كان بسبب فقرهم فعلاً، فقدم رزق الآباء[1]،

وفي قوله تعالى: ﴿ وَفِى ٱلسَّمَآءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ ﴿٢٢﴾ فَوَرَبِّ ٱلسَّمَآءِ وَٱلْأَرْضِ إِنَّهُۥ لَحَقٌّ مِّثْلَ مَآ أَنَّكُمْ تَنطِقُونَ ﴾[2]. في هذه الآية دعوة للمؤمن ليتطلع إلى السماء، وهو يأخذ بأسباب الرزق المادية ليتيقن أنها ليست هي التي ترزقه، فرزقه مقدّر في السماء، وما وعده الله لابد أن يكون، فينطلق قلبه من أسار الخوف والقلق الذي قد يعتريه على رزقه[3]، وقوله تعالى: ﴿ إِنَّ ٱللَّهَ هُوَ ٱلرَّزَّاقُ ذُو ٱلْقُوَّةِ ٱلْمَتِينُ ﴾[4].

- إقرار حقيقة أن الله تعالى قدّر لكلّ نفس رزقها لقوله تعالى: ﴿ وَجَعَلَ فِيهَا رَوَٰسِىَ مِن فَوْقِهَا وَبَـٰرَكَ فِيهَا وَقَدَّرَ فِيهَآ أَقْوَٰتَهَا فِىٓ أَرْبَعَةِ أَيَّامٍ سَوَآءً لِّلسَّآئِلِينَ ﴾[5]. وقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَكَأَيِّن مِّن دَآبَّةٍ لَّا تَحْمِلُ رِزْقَهَا ٱللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ ۚ وَهُوَ ٱلسَّمِيعُ ٱلْعَلِيمُ ﴾[6]، فهذه الآية نزلت عندما تخوف المسلمون من الهجرة فقالوا مالنا فيها

---

(1) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص ٢٢٢٣.

(2) سورة الذاريات: آية ٢٢-٢٣.

(3) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص ٣٣٨١.

(4) سورة الذاريات: آية ٥٨.

(5) سورة فصلت: آية ١٠.

(6) سورة العنكبوت: آية ٦٠.

دار ولا عقار، ولا من يطعمنا، ولا من يسقينا فبيّن لهم الله تعالى أن الرزق لا يختص ببقعة معينة، بل رزقه تعالى عام لخلقه حيثما كانوا، وأينما وجدوا، فكم من دابة لا تطيق حمل رزقها لضعفها، ولا تستطيع جمعه، الله يقيّض لها رزقها على ضعفها وييسره لها، فيبعث لكلّ مخلوق ما قدره له من الرزق، سواءً كان طيراً في الهواء، أو في باطن الأرض، أو حوتاً في الماء[1].

فعندما تنغرس هذه العقيدة في النفوس، يثق الإنسان بما عند الله تعالى، ويتحرر من مخاوفه المتعلقة بالرزق، لأنه يؤمن بان الله تعالى قد تكفل بالرزق، لذا فهو يتوكل على الله تعالى في طلبه امتثالاً لقوله تعالى: ﴿ فَٱبْتَغُواْ عِندَ ٱللَّهِ ٱلرِّزْقَ وَٱعْبُدُوهُ وَٱشْكُرُواْ لَهُۥٓ إِلَيْهِ تُرْجَعُونَ ﴾[2].

كما تحرر هذه العقيدة الإنسان من عبودية البشر، فلا يكون عرضة لاستلاب عقله وهدر كرامته، ذلك أن لقمة العيش من أكثر الأمور التي تهدد بها الشعوب من قبل الدول الكبرى التي تسعى لبسط نفوذها وسيطرتها على العالم، فأي انحراف في عقيدة الرزق يجعل بعض الناس عبيداً لبعض خوفاً من المصادرة والحرمان[3].

كما تعمل العقيدة على تصحيح اعتقاد أن الإنفاق والصدقة تنقص الرزق، فبعض الناس يمتنعون عن الإنفاق خوفاً على رزقهم من النفاد، فجاء القرآن الكريم يصحح لهم هذا الاعتقاد مبيناً لهم أن الشيطان هو الذي يوسوس لهم بهذا الهاجس الباطل في قوله تبارك وتعالى:

---

(1) انظر: الزحيلي، **التفسير المنير**، مرجع سابق، ج٢١، ص ٢٦.

(2) سورة العنكبوت: آية ١٧.

(3) انظر: القرضاوي، **الإيمان والحياة**، مرجع سابق، ص ١٥١.

﴿ ٱلشَّيْطَٰنُ يَعِدُكُمُ ٱلْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِٱلْفَحْشَآءِ ۖ وَٱللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا ۗ وَٱللَّهُ وَٰسِعٌ عَلِيمٌ ﴾[1]، فبعد أن أمر الله تعالى المؤمنين بالإنفاق مما أخرج لهم من الأرض من تجاراتهم بين لهم أنهم بين داعين: داعي الرحمن، يدعوهم إلى الإنفاق ويعدهم عليه الخير والفضل والثواب العاجل والآجل، وداعي الشيطان الذي يحثهم على الإمساك ويخوفهم إن هم أنفقوا أن يفتقروا"[2].

فالمؤمن الصادق العقيدة هو الذي يستجيب لداعي الرحمن فينفق ماله على الفقراء والمحتاجين، دون خوف من فقر؛ لأنه يعتقد أن الله تعالى هو الرزاق، وأن ما ينفق الإنسان من نفقة إلا ويعوضه الله خيراً مصداقاً لقوله تبارك وتعالى: ﴿ قُلْ إِنَّ رَبِّى يَبْسُطُ ٱلرِّزْقَ لِمَن يَشَآءُ مِنْ عِبَادِهِۦ وَيَقْدِرُ لَهُۥ ۚ وَمَآ أَنفَقْتُم مِّن شَىْءٍ فَهُوَ يُخْلِفُهُۥ ۖ وَهُوَ خَيْرُ ٱلرَّٰزِقِينَ ﴾[3]، فكلّ ما ينفقه الإنسان على قريب أو جار أو مسكين فإن الله تعالى يخلفه، فلا يتوهم أحد أن الإنفاق مما ينقص الرزق، فالله تعالى هو خير الرازقين، فاسعوا في الأسباب التي أمركم بها[4].

بيان أن بسط الرزق والغنى ليس دائماً فيه خير الإنسان لقوله تعالى: ﴿ وَلَوْ بَسَطَ ٱللَّهُ ٱلرِّزْقَ لِعِبَادِهِۦ لَبَغَوْا۟ فِى ٱلْأَرْضِ وَلَٰكِن يُنَزِّلُ بِقَدَرٍ مَّا يَشَآءُ ۚ إِنَّهُۥ بِعِبَادِهِۦ خَبِيرٌۢ

---

(1) البقرة: آية ٢٦٨.

(2) انظر: السعدي، **تيسير الكريم الرحمن**، مرجع سابقن ص ٩٥.

(3) سورة سبأ: آية ٣٩.

(4) انظر: السعدي، **تيسير الكريم الرحمن**، مرجع سابق، ص ٦٢٨.

بَصِيرٌ﴾[1]، فالله ﷻ هو الأعلم بعباده وهو الحكيم الذي يتصرف بما يصلح أحوالهم، فهو يعلم أن البعض يفسدهم الغنى والتوسعة في الرزق، فيتكبروا ويفسدوا في الأرض، ولبغى بعضهم على بعض استيلاءً واستعلاءً فأراد أن يقر في نفوسهم أنه يعطي كلّ إنسان ما يصلحه من المال والرزق، فبعض الناس لا يصلحهم إلا الغنى، وبعضهم لا يصلحهم إلا الفقر، لذلك فهو لا يبسط كلّ البسط، ولا يضيق كلّ التضييق فيبسطه بتقدير ما يشاء على ما اقتضته مشيئته فينزل لهم ما يناسب شأنهم، لذلك قيل في العرب: (كانوا إذا أخصبوا تحاربوا وإذا أجدبوا انتجعوا)، أي إذا أوسع عليهم رزقهم تحاربوا لفراغهم عن الاشتغال بكسب المعاش، وإذا قحطوا ارتحلوا لطلب الكلأ في غير أماكنهم لما تعيش به دوابهم ومواشيهم، فإذا تفرقوا لم يتيسر لهم القتال[2].

فحينما تنغرس هذه العقيدة في نفس المؤمن فإنه يقتنع برزقه ويرضى بتقدير الله تعالى له؛ لأنه يثق بالله ويحسن الظن به دائماً، ويعلم أن قلة المال قد تكون تخفيف عن كاهل المسلم وبشارة صالحه له، فينغرس في نفسه معاني الرضا والقناعة والسكينة والطمأنينة، فما حكي عن المسيح عليه السلام أنه كان يقول: لباسي الصوف، وطعامي الشعير، وسراجي القمر، ودابتي رجلاي ووسادتي ذراعي، أبيت وليس لي شيء، وأصبح وليس لي شيء، وليس على وجه الأرض أغنى مني"[3].

من خلال هذا العرض السابق يتبيّن لنا أهمية العقيدة في بناء الشخصية الإنسانية من جانبها الانفعالي وما تتركه من آثار واضحة المعالم على السلوك الإنساني، لذا اعتمد القرآن الكريم على غرس العقيدة الصحيحة في النفوس كمبدأ أساسي في تربية انفعال الخوف عند

---

[1] سورة الشورى: آية ٢٧.

[2] انظر: القونوي، **حاشية القونوي**، مرجع سابق، ج١٧، ص ٢٣٩.

[3] انظر: القرضاوي، **الإيمان والحياة**، مرجع سابق، ص ١٥١.

المسلم، لما تبثه من الرضا والطمأنينة في نفسه، طمأنينة تتعلق بالمستقبل بكلّ ما يتوقعه الإنسان، ويخاف منه.

والعقيدة هي التي تولد عند المسلم الأمن النفسي، والاتزان الانفعالي، من خلال ما تغرسه في نفسه من عقائد سليمة تتعلق بالأجل والرزق، وضعف البشر وعدم امتلاكهم للنفع والضر فيأمن المسلم على أجله، فلا يعيش في خوف من الموت، وجزع من مرارة كأسه، فهو قدر لابد منه، والخوف لا يقدم ولا يؤخر في أجله شيئاً، وأنه الجسر الذي ينقله من المتاع الزائل إلى المتاع الباقي والنعيم المقيم.

كما يعيش المسلم وهو آمن على رزقه، لأنه في ضمانة خير الرازقين، وأنه مقدر له في هذه الحياة، ولن تموت نفس حتى تستوفي كامل رزقها، ولن تستطيع أي قوة أن تنتزع منه رزقه، فينطلق في هذه الحياة لتحصيل رزقه آخذا بالأسباب المادية والمعنوية، يعطي حق هذا المال ويتصدق منه دون خوف من فقر أو انتقاص رزق.

كما تجعل العقيدة الصادقة الإنسان في أمن على نفسه، حين يعلم أنه لن يصيبه في هذه الحياة، إلا ما كتب الله له مصداقاً لقوله تبارك وتعالى: ﴿ مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِى ٱلْأَرْضِ وَلَا فِىٓ أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِى كِتَـٰبٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَآ ﴾[1]، فيطمئن إلى قدر الله تعالى، فلا تخيفه قوى الأرض مهما بلغت، لأنه وحده سبحانه من يملك الضر والنفع، فلو اجتمعت الإنس والجن على أن يضروه بشيء لن يضروه إلا بشيء قد كتبه الله عليه، فيعيش المرء مع عقيدته في أمن وأمان وسكينة واستقرار لا مجال للقلق أو للخوف أو التوتر عنده على أجل أو رزق أو مستقبل مجهول، فيحيا بطمأنينة وسلام مع نفسه وأهله وغيره.

---

[1] سورة الحديد: آية ٢٢.

المطلب الثاني: توجيه انفعال الخوف عند المؤمن إلى الله تعالى

من خلال الاستقراء للقرآن الكريم تبين للباحثة من خلال مجموعة من الآيات أنها تقوم على غرس الخوف من الله تعالى في نفس المؤمن مما يمكن أن يُصطلح عليه بمبدأ توجيه انفعال الخوف عند المؤمن إلى الله تعالى. والآيات التي تدل على هذا المبدأ كثيرة منها قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَتَخْشَى ٱلنَّاسَ وَٱللَّهُ أَحَقُّ أَن تَخْشَىٰهُ ﴾[1]، وقوله تعالى: ﴿فَلَا تَخْشَوُاْ ٱلنَّاسَ وَٱخْشَوْنِ وَلَا تَشْتَرُواْ بِـَٔايَـٰتِى ثَمَنًا قَلِيلاً ﴾[2]، وقوله تعالى: ﴿فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ ﴾[3]، وقوله تعالى: ﴿ وَلَا يَخْشَوْنَ أَحَدًا إِلَّا ٱللَّهَ ﴾[4].

وقد تميز القرآن الكريم بمنهج فريد في تحقيق الخوف من الله تعالى في نفس المؤمن، ويمكن توضيح هذا المنهج بالنقاط التالية:

أولاً: توجيه الإنسان إلى تدبر كلام الله ﷻ لما يثمره من الخوف من الله في النفوس

فقال الله تعالى: ﴿ أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ ٱلْقُرْءَانَ أَمْ عَلَىٰ قُلُوبٍ أَقْفَالُهَآ ﴾[5]، وقال تعالى في وصف أثر تدبر آيات القرآن الكريم: ﴿ ٱللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ ٱلْحَدِيثِ كِتَـٰبًا مُّتَشَـٰبِهًا

---

[1] سورة الأحزاب: آية ٣٧.

[2] سورة المائدة: آية ٤٤.

[3] سورة آل عمران: آية ١٧٥.

[4] سورة الأحزاب: آية ٣٩.

[5] سورة محمد: آية ٢٤.

﴿مَّثَانِيَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ ٱلَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ﴾[1]، فكلام الله تعالى أحسن الحديث، وأحسن الكتب المنزلة، فكلما تدبره الإنسان، وتفكر فيه، رأى من اتفاقه ما يبهر الناظرين، فهو صادر من خبير حكيم، ففيه تثنى القصص والأحكام، وأسماء الله الحسنى، وصفاته لهذا احتاج الخلق إلى معانيه المزكية للقلوب، ولهذا ينبغي لقارئ القرآن التدبر في معانيه، لما يحصل له من النفع الغزير، ولما كان القرآن بهذه العظمة، أثر في قلوب أولي الألباب المهتدين، لهذا قال: ﴿تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ ٱلَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ﴾، لما فيه من التخويف والترهيب، ثم تلين جلودهم عند ذكر الترغيب، فهو تارة يرغبهم لعمل الخير، وتارة يرهبهم من عمل الشر[2].

ويشير ابن القيم إلى أهمية تدبر القرآن الكريم بقوله: "ليس شيء أنفع للعبد في معاشه ومعاده، وأقرب إلى نجاته من تدبر القرآن وإطالة التأمل، وجمع الفكر على معاني آياته"[3].

فالإنسان حين يتأمل آيات القرآن الكريم يتدبر معانيه، فإنه يتعرف صفات الله تعالى وعظمته، ومن الصفات التي يطالعها فتبعث في نفسه الخوف والخشية منه سبحانه، صفات القدرة والمشيئة النافذة كما في قوله تبارك وتعالى: ﴿وَٱللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَىْءٍ قَدِيرٌ﴾[4]، وقوله تبارك وتعالى: ﴿إِنَّمَا أَمْرُهُۥٓ إِذَا أَرَادَ شَيْـًٔا أَن يَقُولَ لَهُۥ كُن فَيَكُونُ﴾[5]، كما يطالع صفات الغضب والانتقام والسخط، فينغرس في قلبه الخوف من الله، وتثمر هذه المعرفة الخشية من القوي الجبار والآيات التي تنتهي بهذه الصفات كثيرة منها، قوله تبارك وتعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ

---

[1] سورة الزمر: آية ٢٣.

[2] انظر: السعدي، **تيسير الكريم الرحمن**، مرجع سابق، ص ٦٦٨-٦٦٩.

[3] انظر: ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص٢٨١.

[4] سورة البقرة: آية ٢٨٤.

[5] سورة غافر: آية ١٩.

عَزِيزٌ ذُو ٱنتِقَامٍ ﴾[1]، وقوله تعالى: ﴿ إِنَّ ٱللَّهَ قَوِىٌّ شَدِيدُ ٱلْعِقَابِ ﴾[2]، وقوله تعالى:

﴿ وَٱللَّهُ أَشَدُّ بَأْسًا وَأَشَدُّ تَنكِيلاً ﴾[3]، وفي هذا يقول ابن القيم: "وإذا تجلى بصفات العدل والانتقام والغضب والسخط والعقوبة، انقمعت النفس الأمارة، وبطلت أو ضعفت قواها من الشهوة، والغضب، واللهو واللعب، والحرص على الحرمات، وانقبضت أعنّة[4] رعوناتها، فأحضرت المطية حظها من الخوف والخشية والحذر[5].

فكلما تدبر الإنسان آيات القرآن الكريم كلما ازداد علماً بصفات الله تعالى من العلم والقدرة المطلقة، والمشيئة النافذة، فتطالعه آيات التخويف والترهيب من عقاب الله تعالى، وشدة مكره، فيزداد خوفه من الله تعالى، ولعل من أكثر الآيات تخويفاً للمسلم من عصيان أوامر الله تعالى قوله مخاطباً نبيه محمد ﷺ وصفوة خلقه: ﴿ وَلَوْلَآ أَن ثَبَّتْنَـٰكَ لَقَدْ كِدتَّ تَرْكَنُ إِلَيْهِمْ شَيْـًٔا قَلِيلاً ﴿٧٤﴾ إِذًا لَّأَذَقْنَـٰكَ ضِعْفَ ٱلْحَيَوٰةِ وَضِعْفَ ٱلْمَمَاتِ ثُمَّ لَا تَجِدُ لَكَ عَلَيْنَا نَصِيرًا ﴾[6]، فهذه الآية غاية في الوعيد، فالله تعالى يبيّن لنبيه بأنه لو مال إلى

---

[1] سورة إبراهيم: آية ٤٧.

[2] سورة الأنفال: آية ٥٢.

[3] سورة النساء: آية ٨٤.

[4] أعنة: جمع عنان وهو الذي يمسك به الدابة.

[5] انظر: ابن قيم الجوزية، الفوائد، القاهرة، دار الريان للتراث، ص ٩٦.

[6] سورة الإسراء: آية ٧٤-٧٥.

موافقة الكافرين لأذاقه مثلي عذاب الحياة، ومثلي عذاب الممات في الآخرة، فالله تعالى ليس لديه عزيز مع المعصية(1).

كما أنه بتدبر آيات القرآن الكريم يتعرّف الإنسان أخبار الأمم الماضية وما حلّ بها من عقاب بسبب كفرها، وارتكابها للمعاصي كقصة قوم عاد وثمود وفرعون، وقوم ونوح ولوط، وغيرهم كثير وإلى ذلك يشير قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَكَمْ قَصَمْنَا مِن قَرْيَةٍ كَانَتْ ظَالِمَةً ﴾(2)، وفي سياق الحديث عن إهلاك عاد وثمود يقول تبارك وتعالى: ﴿ فَأَمَّا عَادٌ فَٱسْتَكْبَرُواْ فِى ٱلْأَرْضِ بِغَيْرِ ٱلْحَقِّ وَقَالُواْ مَنْ أَشَدُّ مِنَّا قُوَّةً ۖ أَوَلَمْ يَرَوْاْ أَنَّ ٱللَّهَ ٱلَّذِى خَلَقَهُمْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُمْ قُوَّةً ۖ وَكَانُواْ بِـَٔايَٰتِنَا يَجْحَدُونَ ﴿١٥﴾ فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِىٓ أَيَّامٍ نَّحِسَاتٍ لِّنُذِيقَهُمْ عَذَابَ ٱلْخِزْىِ فِى ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا ۖ وَلَعَذَابُ ٱلْءَاخِرَةِ أَخْزَىٰ ۖ وَهُمْ لَا يُنصَرُونَ ﴿١٦﴾ وَأَمَّا ثَمُودُ فَهَدَيْنَٰهُمْ فَٱسْتَحَبُّواْ ٱلْعَمَىٰ عَلَى ٱلْهُدَىٰ فَأَخَذَتْهُمْ صَٰعِقَةُ ٱلْعَذَابِ ٱلْهُونِ بِمَا كَانُواْ يَكْسِبُونَ ﴾(3).

وينبغي أن لا يفهم من كثرة الآيات التي وردت في ذكر عذاب الله للأقوام السابقة أو التهديد بإيقاع العذاب على الناس أن الله يريد لهم أن يعيشوا في قلق وفزع، يرتجفون خوفاً من الهلاك والدمار، لأن الخوف من المجهول، والقلق الدائم على المستقبل، وتوقع الهلاك في أي

---

(1) انظر: الزمخشري، **تفسير الكشاف**، مرجع سابق، ج2، ص ٤٦٠.

(2) سورة الأنبياء: آية ١١.

(3) سورة فصلت: آية ١٥-١٧.

لحظة إذا استبد بإنسان فإنه يشل حركته ويبدد طاقته، وقد ينتهي به إلى اليأس من العمل، فيقعد عن عمارة الأرض، وإنما يريد الله تعالى منهم اليقظة، والتقوى وأخذ العبرة من تجارب البشر، ورؤية محركات التاريخ الإنساني، وإدامة الاتصال بالله تعالى، وعدم الاغترار برغد العيش، ورخاء الحياة[1]، وقد بيّن القرآن الكريم هذه الحكمة بقوله تبارك وتعالى: ﴿ فَٱقْصُصِ ٱلْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ ﴾[2]، فمن شأن معرفة قصص وأخبار الأمم السابقة أن تحيي في نفوس المؤمنين التفكر، وأخذ العبرة وربط الأسباب بالمسببات، ويعرف أن المعاصي سبب في الإهلاك[3].

ثانياً: توجيه الإنسان إلى التفكّر في بديع خلق الله تعالى

من الأمور التي ركز عليها القرآن الكريم في منهجه لغرس الخوف من الله تعالى في النفوس، الحث على تأمل خلق الله تعالى، والتفكّر في بديع صنعه، ودعوة القرآن الكريم إلى التأمل والتفكر في ملكوت السموات والأرض نلمحها في كثير من آياته منها قوله تبارك وتعالى: ﴿ أَوَلَمْ يَنظُرُواْ فِى مَلَكُوتِ ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَمَا خَلَقَ ٱللَّهُ مِن شَىْءٍ ﴾[4]، وقوله تبارك وتعالى: ﴿ إِنَّ فِى خَلْقِ ٱلسَّمَـٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱخْتِلَـٰفِ ٱلَّيْلِ وَٱلنَّهَارِ لَـَٔايَـٰتٍ لِّأُوْلِى ٱلْأَلْبَـٰبِ ﴿١٩٠﴾ ٱلَّذِينَ يَذْكُرُونَ ٱللَّهَ قِيَـٰمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ

---

[1] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٣، ص ١٣٤١.

[2] سورة الأعراف: آية ١٧٦.

[3] انظر: الزمخشري، **تفسير الكشاف**، مرجع سابق، ج٢، ص ١٣١.

[4] سورة الأعراف: آية ١٨٥.

﴿ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَٰذَا بَٰطِلًا سُبْحَٰنَكَ فَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ ﴾[1]، فمن شأن هذا التفكّر في بديع صنع الله أن يولد الشعور بعظمة الخالق وإحداث الخوف من الله في نفس الإنسان[2].

كما أن إدراك الحق الذي في تصميم هذا الكون، وفي ظواهره معناه عند أصحاب العقول الراجحة أن هناك غاية وهدفاً وراء حياة الناس في هذه الأرض، ولابد إذن من حساب وجزاء على ما يقدمه الناس من أعمال، لذلك تقفز إلى خيالهم صورة النار، فتستجيش فيهم الخوف من الخالق، ومن عذابه، فيتوجهون إليه بالدعاء ليقيهم منه وهو الخاطر الأول المصاحب لإدراك الحق الكامن في هذا الوجود[3].

وكلما ارتقى الإنسان في المعرفة، واتسعت مداركه، وزادت معلوماته، واطلع على أسرار الكون، وأسرار النفس، زاد رصيده من الخوف من خالقه الخوف الباعث على العمل، والخشية التي يستصغر معها أعتى قوى الأرض.

ثالثاً: مراجعة العبد لأعماله، ومقارنتها بعطاء رب العالمين، وجلاله وعظيم قدره

فالعبد حين يعلم قدر الله ﷻ وعظمته، وفضله عليه ويقارنه بعمله فإنه يتولد من ذلك الخوف والخشية لله تعالى، سواء كان محسناً في عمله أم مسيئاً، ذلك أنه إذا كان محسناً في عمله، فإنه يرجع إلى الله بالخوف وعدم القبول لقوله تعالى: ﴿ وَٱلَّذِينَ يُؤْتُونَ مَآ ءَاتَوا۟ وَّقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَٰجِعُونَ ۝ أُو۟لَٰٓئِكَ يُسَٰرِعُونَ فِي ٱلْخَيْرَٰتِ وَهُمْ لَهَا

---

[1] سورة آل عمران: آية ١٩٠- ١٩١.

[2] انظر: الزمخشري، **تفسير الكشاف**، مرجع سابق، ج١، ص٤٨٨.

[3] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج١، ص ٥٤٦.

سَٰبِقُونَ ﴾[1]، لأن المؤمن المحسن حين يقارن عمله بعظيم نعماء الله عليه يشعر بتقصيره في حق الله تعالى، فيدفعه خوفه من عدم القبول إلى المسارعة في زيادة طاعاته وأعماله الصالحة.

وأما المسيء فحظه من الخوف حين يطالع سوء عمله، ويقارنه بعظمة الله تعالى، وفضله الواسع عليه، وقدرته عليه أن يدفعه إلى التوبة، وإصلاح حاله، لقوله تبارك وتعالى: ﴿ فَمَن تَابَ مِنۢ بَعۡدِ ظُلۡمِهِۦ وَأَصۡلَحَ فَإِنَّ ٱللَّهَ يَتُوبُ عَلَيۡهِۚ إِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٞ رَّحِيمٌ ﴾[2].

وعليه فإن مطالعة العبد لأعماله من تقصيره بحق الله تعالى، ومن فعل السيئات، في مقابل مشاهدة صفات الجلال والعظمة والبطش والقهر والانتقام التي ينزلها الله بأعدائه، وكلّ من عصاه، فإنه يورث الخوف من الله تعالى ومن عقابه"[3].

رابعاً: تحقيق التوازن النفسي في الخوف من الله تعالى

للخوف من الله تعالى أثر إيجابي فاعل في سلوك الإنسان، فهو بمثابة السوط الذي يردع عن المعاصي، ويزجر عن الاقتراب من الشبهات إلا أن هذا الخوف قد يشتد عند بعض الناس، فيزيد عن حدّه وقد يقلّ عند البعض الآخر، فلا يصل المستوى المطلوب لتحقيق وظيفته المقصودة منه، وذلك أن الخوف من الله تعالى ليس مقصوداً لذاته وإنما مقصوداً لغيره أي لأجل تحقيق وظيفة حيوية وهي صرف الإنسان عن كلّ ما يغضب الله، والاقتراب من كلّ ما يرتضيه[4]. لذا حرص القرآن الكريم في منهجه لتربية الخوف من الله تعالى في النفوس على مراعاة الأساس النفسي، ليحفظ للإنسان تعقله، واتزانه الانفعالي، فيخاف الله خوفاً يحقق

---

(1) سورة المؤمنون: آية ٦٠-٦١.

(2) سورة المائدة: آية ٣٩.

(3) انظر: الغزالي، **إحياء علوم الدين**، مرجع سابق، ج٤، ص ١٧٧.

(4) انظر: ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين**، ج١، ص٥١٤.

المقصود منه، دون إفراط أو تفريط لذلك فقد عالج القرآن الكريم الأسباب المؤدية إلى التقصير في الخوف من الله تعالى، وكذلك الأسباب المؤدية للإفراط في الخوف منه سبحانه، ليصل بالإنسان إلى حالة معتدلة من الخوف.

فمن الأسباب المؤدية لعدم الخوف كما بينها القرآن الكريم، أسباب فكرية اعتقادية ناشئة عن الظنون والأماني الخادعة، ويعد منهج القرآن الكريم في علاج ما كان عليه اليهود والنصارى من الأماني الكاذبة نموذجاً واضحا لتخليص الإنسان منها ففي قوله تعالى: ﴿ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ قَالُواْ لَن تَمَسَّنَا ٱلنَّارُ إِلَّآ أَيَّامًا مَّعْدُودَٰتٍ ﴾[1]، وهذا الظن لا يستند إلى دليل أو برهان، وإنما مجرد أماني مزعومة، قال تعالى: ﴿ وَقَالُواْ لَن يَدْخُلَ ٱلْجَنَّةَ إِلَّا مَن كَانَ هُودًا أَوْ نَصَٰرَىٰ ۗ تِلْكَ أَمَانِيُّهُمْ ۗ قُلْ هَاتُواْ بُرْهَٰنَكُمْ إِن كُنتُمْ صَٰدِقِينَ ﴾[2]، وقوله تعالى: ﴿ وَمِنْهُمْ أُمِّيُّونَ لَا يَعْلَمُونَ ٱلْكِتَٰبَ إِلَّآ أَمَانِيَّ وَإِنْ هُمْ إِلَّا يَظُنُّونَ ﴾[3]، وقد فنّد القرآن الكريم أمانيهم الباطلة قائلاً: ﴿ لَّيْسَ بِأَمَانِيِّكُمْ وَلَآ أَمَانِيِّ أَهْلِ ٱلْكِتَٰبِ ۗ مَن يَعْمَلْ سُوٓءًا يُجْزَ بِهِۦ وَلَا يَجِدْ لَهُۥ مِن دُونِ ٱللَّهِ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا ﴾[4]، وقال تعالى رداً على إدعاءاتهم الباطلة: ﴿ بَلَىٰ مَن كَسَبَ سَيِّئَةً وَأَحَٰطَتْ بِهِۦ خَطِيٓـَٔتُهُۥ فَأُوْلَٰٓئِكَ

---

(1) سورة آل عمران: آية ٢٤.

(2) سورة البقرة: آية ١١١.

(3) سورة البقرة: آية ٧٨.

(4) سورة النساء: آية ١٢٣-١٢٤.

أَصْحَٰبُ ٱلنَّارِۖ هُمْ فِيهَا خَٰلِدُونَ ﴿٨١﴾ وَٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ أُوْلَٰٓئِكَ

أَصْحَٰبُ ٱلْجَنَّةِۖ هُمْ فِيهَا خَٰلِدُونَ ﴾[١].

فهذه الآيات توجه الإنسان بصفة عامة، وليس لليهود والنصارى فحسب للابتعاد عن الأماني الباطلة وعدم الاعتماد عليها في الحصول على رحمة الله رب العالمين، وهي تقرر أيضاً أن مقياس التفاضل بين الناس وقربهم من الله تعالى هو مقدار خوفهم منه، وبقدر ما يدفعهم هذا الخوف إلى الأعمال الصالحة، والابتعاد عن الأعمال السيئة.

كما أن القرآن الكريم في كثير من الآيات يصحح للناس فهمهم الخاطئ لرحمة الله الواسعة ومغفرته للذنوب، حيث يبالغون بالرجاء في رحمة الله تعالى من غير عمل. فقد قال تعالى واصفاً هذه الحالة عندهم: ﴿ أَيَطْمَعُ كُلُّ ٱمْرِيٍٕ مِّنْهُمْ أَن يُدْخَلَ جَنَّةَ نَعِيمٍ ﴾[٢]، وقوله تعالى: ﴿ أَمْ حَسِبْتُمْ أَن تَدْخُلُواْ ٱلْجَنَّةَ وَلَمَّا يَعْلَمِ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ جَٰهَدُواْ مِنكُمْ وَيَعْلَمَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴾[٣]، فيبين لهم القرآن الكريم أن رحمته الواسعة يختصها الله تعالى لمن خاف مقامه، واستوفى شروط هذه الرحمة من التقوى ونهي النفس عن الهوى مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍۚ فَسَأَكْتُبُهَا لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ وَيُؤْتُونَ ٱلزَّكَوٰةَ

---

[١] سورة البقرة: آية ٨٠-٨٢.

[٢] سورة المعارج: آية ٣٨.

[٣] سورة آل عمران: آية ١٤٢.

﴿ وَٱلَّذِينَ هُم بِـَٔايَـٰتِنَا يُؤْمِنُونَ ﴾[1]، وقوله تعالى: ﴿ وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِۦ وَنَهَى ٱلنَّفْسَ عَنِ ٱلْهَوَىٰ ۝ فَإِنَّ ٱلْجَنَّةَ هِىَ ٱلْمَأْوَىٰ ﴾[2].

ويذكر القرآن الكريم من أسباب عدم الخوف من الله عدم تقدير الله حق قدره، في قوله تعالى: ﴿ مَا قَدَرُوا۟ ٱللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِۦٓ ۗ إِنَّ ٱللَّهَ لَقَوِىٌّ عَزِيزٌ ﴾[3]. قوله تبارك وتعالى: ﴿ وَمَا قَدَرُوا۟ ٱللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِۦ وَٱلْأَرْضُ جَمِيعًا قَبْضَتُهُۥ يَوْمَ ٱلْقِيَـٰمَةِ وَٱلسَّمَـٰوَٰتُ مَطْوِيَّـٰتٌۢ بِيَمِينِهِۦ ۚ سُبْحَـٰنَهُۥ وَتَعَـٰلَىٰ عَمَّا يُشْرِكُونَ ﴾[4]، فهذه الآية الكريمة تبين لنا إن الجهل بعظمة الله، وجلال قدره، دفع المشركين إلى عدم الخوف منه، فأشركوا به ثم وجهت الآية إلى علاج هذا السبب، وهو توجيه الأنظار إلى آثار قدرة الخالق وعظمته، فمن قدرة الله تعالى أن جميع الأرض يوم القيامة قبضة للرحمن وأن السموات على سعتها وعظمتها مطويات بيمينه[5].

وأما منهج القرآن الكريم في وقاية الإنسان من الخوف المفرط من الله تعالى فيتمثل بأن عدّ القرآن الكريم اليأس والقنوط من رحمة الله تعالى صفة للقوم الكافرين والضالين، في

---

[1] سورة الأعراف: آية ١٥٦.

[2] سورة النازعات: آية ٤٠-٤١.

[3] سورة الحج: آية ٧٤.

[4] سورة الزمر: آية ٦٧.

[5] انظر: السعدي، **تيسير الكريم الرحمن**، مرجع سابق، ص ٦٧٥.

قوله تعالى: ﴿ إِنَّهُۥ لَا يَاْيۡـَٔسُ مِن رَّوۡحِ ٱللَّهِ إِلَّا ٱلۡقَوۡمُ ٱلۡكَٰفِرُونَ ﴾(1)، وقوله تبارك

وتعالى: ﴿ قَالَ وَمَن يَقۡنَطُ مِن رَّحۡمَةِ رَبِّهِۦٓ إِلَّا ٱلضَّآلُّونَ ﴾(2).

كما يتمثل ببث روح الرجاء برحمة الله تعالى في النفوس حتى لمن أسرف في ذنوبه لقوله تعالى: ﴿ قُلۡ يَٰعِبَادِيَ ٱلَّذِينَ أَسۡرَفُواْ عَلَىٰٓ أَنفُسِهِمۡ لَا تَقۡنَطُواْ مِن رَّحۡمَةِ ٱللَّهِۚ إِنَّ ٱللَّهَ يَغۡفِرُ ٱلذُّنُوبَ جَمِيعًاۚ إِنَّهُۥ هُوَ ٱلۡغَفُورُ ٱلرَّحِيمُ ﴾(3).

فالخوف والرجاء دواءان تداوى بهما القلوب، وفضلهما بحسب الداء الموجود فإن كان الغالب على القلب داء الأمن من مكر الله تعالى، والاغترار به، فلابد من تخويفه من عذاب الله تعالى، وإن كان الأغلب هو اليأس والقنوط من رحمة الله، فلابد من ترغيبه بما عند الله تعالى من رحمة ومغفرة، لذا فقد روي أن علياً كرّم الله وجهه، قال لبعض ولده: يا بني خف الله خوفاً ترى أنك لو أتيته بحسنات أهل الأرض لم يتقبلها منك، وأرجُ الله رجاءً ترى أنك لو أتيته بسيئات أهل الأرض غفرها لك"(4).

فمن خلال العرض السابق نخلص إلى القول بأن القرآن الكريم تميز بمنهج فريد في غرس الخوف من الله في نفس المؤمن بصورة متوازنة تنعكس على تصرفاته وسلوكه، كما نلاحظ ارتباط هذا المبدأ بمبدأ غرس العقيدة في النفوس، ذلك أنه عندما تتغرس عقيدة الأجل والرزق في نفس المؤمن، سيطمئن على رزقه وأجله، ومصالحه، فيتحرر من مخاوفه الزائفة،

(1) سورة يوسف: آية ٨٧.

(2) سورة الحجر: آية ٥٦.

(3) سورة الزمر: آية ٥٣.

(4) انظر: الغزالي، **إحياء علوم الدين**، مرجع سابق، ج٤، ص ١٦٤-١٦٥.

عند ذلك يتوجه بخوفه إلى الله تعالى، ويرتبط به ارتباطا وثيقا، يشعره بقوته، فتصغر بعينه كلّ قوى الأرض.

كما يمكن القول بأن منهج القرآن الكريم في تربية الخوف من الله تعالى يراعي تقلب القلوب وأطوار الأمم والجماعات المتنوعة، ويعالج كلّ منهما بما يناسبها من علاج، فهو تارة خوّف من عذاب الله تعالى، وسخطه وانتقامه، كما يذكره بما حلّ بالأمم السابقة من عقاب وهلاك بسبب ذنوبها، وتارة يبث الطمأنينة والثقة برحمة الله تعالى، فهو يعطي جرعة من الأمن والطمأنينة والثقة بالله تعالى حين يزداد الخوف منه سبحانه وتعالى لدرجة اليأس أو حين يزداد الخوف من قوى الأرض، وملابسات الحياة، وأحياناً يعطي جرعة من الخوف والحذر والترقب لبأس الله تعالى حين تركن النفوس إلى قوى الأرض، وملهيات الحياة ومغرياتها، فهو الأعلم بما يصلح النفوس وهو اللطيف الخبير[1].

المطلب الثالث: بث الثقة والطمأنينة في نفس الخائف.

لعل من أكثر ما يحتاجه الإنسان حين يتعرض لمواقف تثير الخوف لديه هو الثقة والطمأنينة، لذا حرص القرآن الكريم في منهجه لتربية الخوف عند الإنسان على هذا المبدأ في كثير من المواقف الانفعالية، ولعل المتأمل لآيات القرآن الكريم التي تتناول موضوع الخوف يلاحظ هذا المبدأ بوضوح، ففي قصة موسى عليه السلام، حين كلمه الله تعالى على طور سيناء، وأصابه الخوف من تحول العصا لأفعى خاطبه الله تعالى بما يبث الثقة والطمأنينة في نفسه قال تبارك وتعالى في سياق هذه القصة: ﴿ يَٰمُوسَىٰٓ أَقۡبِلۡ وَلَا تَخَفۡۖ إِنَّكَ مِنَ ٱلۡأٓمِنِينَ ﴾[2]،

---

[1] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٣، ص ١٣٤١.

[2] سورة القصص: آية٣١.

وقال تعالى: ﴿يَا مُوسَى لَا تَخَفْ إِنِّي لَا يَخَافُ لَدَيَّ الْمُرْسَلُونَ﴾[1]. فالله ﷻ طمأن موسى بأنه سيكون مرسل من عنده والرسل لا يخافون في حضرة ربهم، وهم يتلقون التكليف، ثم بعد أن اطمأن موسى وذهب خوفه بدأ يجهزه بالمعجزة الثانية، فهذه البشارة التي ثبت في نفسه الثقة أزالت من نفسه الخوف فعرف أن الله يحرسه ويرعاه[2].

وحين كلف الله تعالى موسى بدعوة فرعون وقومه إلى الإيمان بالله تعالى، فأظهر موسى خوفه من تكذيب فرعون وقومه له، فطلب من ربه أن يؤيده بأخيه هارون، فاستجاب الله ﷻ لطلبه لما في ذلك من بث الثقة والطمأنينة في نفس موسى، وفي هذا يقول الله تعالى: ﴿ قَالَ رَبِّ إِنِّي قَتَلْتُ مِنْهُمْ نَفْسًا فَأَخَافُ أَن يَقْتُلُونِ ﴿٣٣﴾ وَأَخِي هَـٰرُونُ هُوَ أَفْصَحُ مِنِّي لِسَانًا فَأَرْسِلْهُ مَعِيَ رِدْءًا يُصَدِّقُنِيٓ ۖ إِنِّيٓ أَخَافُ أَن يُكَذِّبُونِ ﴿٣٤﴾ قَالَ سَنَشُدُّ عَضُدَكَ بِأَخِيكَ وَنَجْعَلُ لَكُمَا سُلْطَـٰنًا فَلَا يَصِلُونَ إِلَيْكُمَا ۚ بِـَٔايَـٰتِنَآ أَنتُمَا وَمَنِ ٱتَّبَعَكُمَا ٱلْغَـٰلِبُونَ ﴾[3].

وبعد أن شد أزره بأخيه هارون، عادا ليعلنا خوفهما من فرعون وبطشه فجاءهم الجواب الذي يبث الأمن والطمأنينة في نفسيهما بأنه وهو أن الله معهما يسمع ويرى، فما يكون فرعون، وما يملك أن يصنع والله معهما يسمع ويرى، فمن كان في معية الله لا ترهبه أي قوة

---

(1) سورة القصص: آية٣٠.

(2) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٥، ص ٢٦٢٩.

(3) سورة القصص: آية٣٣-٣٥.

مهما بلغت[1]، وفي ذلك يقول تبارك وتعالى: ﴿ قَالَا رَبَّنَآ إِنَّنَا نَخَافُ أَن يَفْرُطَ عَلَيْنَآ أَوْ أَن يَطْغَىٰ ۝ قَالَ لَا تَخَافَآ ۖ إِنَّنِي مَعَكُمَآ أَسْمَعُ وَأَرَىٰ ﴾[2].

وفي مشهد التقاء موسى عليه السلام مع سحرة فرعون، حين ألقى السحرة عصيهم، فخيّل للناس أنها تسعى تسلل الخوف ثانية إلى نفس موسى عليه السلام ، فعادت العناية الإلهية تطمئنه، وتبثه الثقة، والآيات الكريمة التي توضح ذلك في قوله تبارك وتعالى: ﴿ قَالُواْ يَـٰمُوسَىٰٓ إِمَّآ أَن تُلْقِىَ وَإِمَّآ أَن نَّكُونَ أَوَّلَ مَنْ أَلْقَىٰ ۝ قَالَ بَلْ أَلْقُواْ ۖ فَإِذَا حِبَالُهُمْ وَعِصِيُّهُمْ يُخَيَّلُ إِلَيْهِ مِن سِحْرِهِمْ أَنَّهَا تَسْعَىٰ ۝ فَأَوْجَسَ فِى نَفْسِهِۦ خِيفَةً مُّوسَىٰ ۝ قُلْنَا لَا تَخَفْ إِنَّكَ أَنتَ ٱلْأَعْلَىٰ ﴾[3]، فالله عز وجل طمأنه بأنه الأعلى، فمعك الحق ومعهم الباطل، معك العقيدة ومعهم الحرفة، وأنت متصل بصاحب القوة الكبرى، وهم يخدمون مخلوقاً بشرياً فانياً، لا يقوى على شيء أمام قوة الله، مهما بلغ طغيانه وجبروته[4].

وفي قوله تبارك وتعالى واصفاً حالة الخوف التي أصابت إبراهيم عليه السلام من موقف الملائكة حين قرب لهم طعاماً: ﴿ فَأَوْجَسَ مِنْهُمْ خِيفَةً ۖ قَالُواْ لَا تَخَفْ ۖ وَبَشَّرُوهُ بِغُلَـٰمٍ

---

(1) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص ٢٣٣٦-٢٣٣٧.

(2) سورة طه: آية ٤٥-٤٦.

(3) سورة طه: آية ٦٥-٦٨.

(4) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص ٢٣٤٢.

عَلِيمٍ ﴾[١]، فلما شعروا بخوف إبراهيم كشفوا له عن حقيقتهم، وطمأنوه، وزيادة في طمأنته بشروه بغلام، وهي البشارة بإسحق من زوجه العقيم[٢].

ولما أمر الله ﷻ المسلمين بمنع المشركين من الاقتراب من المسجد الحرام في قوله تبارك وتعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِنَّمَا ٱلْمُشْرِكُونَ نَجَسٌ فَلَا يَقْرَبُواْ ٱلْمَسْجِدَ ٱلْحَرَامَ بَعْدَ عَامِهِمْ هَٰذَا ۚ ﴾[٣]، قذف الشيطان في نفوس المسلمين الخوف من الفقر، فقالوا من أين نعيش، فقد كان المشركون يأتون بالأطعمة، فينفقونها في موسم الحج[٤]، وبالتالي قد يؤدي إلى الإضرار باقتصادهم، ذلك أن التجارة كانت تمثل عصب الحياة عند أهل مكة، وبإعلان الجهاد العام على المشركين أو منعهم من الحج، ستتعرض تجارتهم للضياع والخراب، مما يسبب لهم الخوف من الفقر، فيأتي الجواب الإلهي ليبث الطمأنينة في النفوس الخائفة في قوله تبارك وتعالى: ﴿وَإِنْ خِفْتُمْ عَيْلَةً فَسَوْفَ يُغْنِيكُمُ ٱللَّهُ مِن فَضْلِهِۦٓ﴾، فليس الرزق مقصوراً على باب واحد ومحل واحد، فإن رزق الله واسع وجوده عظيم، فإن أغلق باباً فتح أبواباً، وإن قطع سبباً فقد أوصل أسباباً، فإن الله أكرم الأكرمين، وقد أنجز الله تعالى وعده، فأغنى المسلمين من فضله وبسط لهم في رزقهم[٥].

---

[١] سورة الذاريات: آية ٢٨.

[٢] انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٦، ص ٣٣٨٢.

[٣] سورة التوبة: آية٢٨.

[٤] انظر: ابن عطية، **المحرر الوجيز**، مرجع سابق، ج٣، ص٢١.

[٥] انظر: السعدي، **تيسير الكريم الرحمن**، مرجع سابق، ص ٩٤.

المطلب الرابع: توجيه النفوس إلى القيم الإسلامية الخالدة

من المبادئ الهامة التي عالجها القرآن الكريم وعرضها في منهجه لتربية الخوف عند الإنسان، توجيه النفوس إلى كثير من القيم المعنوية كقيمة الإيمان والتقوى، وقيمة الدعاء والذكر والاستغفار، وقيمة الصلاة والصدقة والرضا، لذا جاء هذا المطلب لتوضيح أهم القيم المعنوية التي لها أثر كبير في وقاية الإنسان من الوقوع في أسر المخاوف، وفي تخفيف حدة هذا الانفعال عندما يتعرض لبعض مثيراته فهذه القيم تارة تكون وقائية، وتارة تكون علاجية ويمكن توضيحها بما يأتي:

أولاً: ما يتعلق بقيم الإيمان والتقوى

يقول الله تبارك وتعالى مبيناً أهمية هذه القيم في وقاية الإنسان من أكثر المخاوف التي يبتلى بها كثير من الناس كالخوف على الرزق: ﴿ وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ ٱلْقُرَىٰٓ ءَامَنُوا۟ وَٱتَّقَوْا۟ لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَـٰتٍ مِّنَ ٱلسَّمَآءِ وَٱلْأَرْضِ وَلَـٰكِن كَذَّبُوا۟ فَأَخَذْنَـٰهُم بِمَا كَانُوا۟ يَكْسِبُونَ ﴾[1]، فلو أن كلّ إنسان آمن بالله تعالى، واتقى ربه لآتته بركات من السماء والأرض، فإن أرادها بركات مادية وحدها في المطر الذي ينزل من أعلى، وبركات من الأرض مثل النبات، وكذلك كنوزها المدفونة فيها[2]، فالمسلم الذي يقرأ هذه الآية ويتدبر معناها، ويعمل بمضمونها، لاشك أنه يطمئن على رزقه، وتتلاشى مخاوفه، لأنه يثق بموعود الله ﷻ له، وفي ذلك يقول تبارك وتعالى: ﴿ وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجْعَل لَّهُۥ مَخْرَجًا ۝ وَيَرْزُقْهُ

---

[1] سورة الأعراف: آية٩٦.

[2] انظر: الشعراوي، محمد متولي، تفسير الشعراوي، القاهرة، أخبار اليوم، د.ت .ج٧، ص ٤٢٥٦.

مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ بَـٰلِغُ أَمْرِهِۦ ۚ قَدْ جَعَلَ ٱللَّهُ لِكُلِّ شَىْءٍ قَدْرًا ﴾[1]، فكلّ من يثق بالله، ويتوكل عليه، ويفوّض أمره إليه فإن الله يكفيه ما أهمّه في الدنيا والآخرة، وقد روى في سبب نزول هذه الآية أن عوف بن مالك أسر المشركين ابناً له، فأتى الرسول ﷺ فقال: لقد أسر ابني، وشكا له الفاقه، فقال له رسول الله ﷺ ما أمسى عند آل محمد إلا مد، فاتق الله واصبر، وأكثر من قول لا حول ولا قوة إلا بالله العلي العظيم، فعاد لبيته وأخبر زوجته، فقالت: نِعْمَ ما أمرنا به، فجعلا يقولان ذلك، فبينما هو في بيته إذا قرع ابنه الباب، ومعه مائة من الإبل غفل عنها العدو فاستاقها[2].

ويؤكد القرآن الكريم أهمية التقوى، والاستقامة على منهج الله تعالى في قوله عز وجل: ﴿ وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجْعَل لَّهُۥ مَخْرَجًا ۝ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ ۚ وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى ٱللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُۥٓ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ بَـٰلِغُ أَمْرِهِۦ ۚ قَدْ جَعَلَ ٱللَّهُ لِكُلِّ شَىْءٍ قَدْرًا ﴾[3]، حيث تبين هذه الآية أهمية التقوى والاستقامة على منهج الله تعالى وأنه سبب الأرزاق الكثيرة، فالعرب كانوا في جوف الصحراء يعيشون في شظف حتى استقاموا على الطريقة، ففتحت لهم الأرض، وأغدودق الماء، وتدفقت فيها الأرزاق، وعندما حادوا عن الطريقة استلبت منهم خيراتهم، وهكذا فإن كلّ من يحيد عن منهج الله تعالى فإنه يعيش في شظف وقلق وخوف على رزقه، وعلى نفسه وكلّ ما يملك في هذه الحياة.

---

(1) سورة الطلاق: آية ٢-٣.

(2) انظر: الخازن، علي البغدادي، **لباب التأويل في معاني التنزيل**، دار الفكر، د.ت، ج٤، ص٢٧٩-٢٨٠.

(3) سورة الجن: آية ١٦-١٧.

وهكذا يمكن القول بأن للإيمان والسير على منهج الله تعالى أثر كبير في سكينة النفس مصداقاً لقوله تبارك وتعالى: ﴿ هُوَ ٱلَّذِىٓ أَنزَلَ ٱلسَّكِينَةَ فِى قُلُوبِ ٱلْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوٓا۟ إِيمَـٰنًا مَّعَ إِيمَـٰنِهِمْ ۗ ﴾[1]، كما أن له أثر كبير في الأمن النفسي، والاطمئنان القلبي مصداقاً لقوله تبارك وتعالى: ﴿ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَلَمْ يَلْبِسُوٓا۟ إِيمَـٰنَهُم بِظُلْمٍ أُو۟لَـٰٓئِكَ لَهُمُ ٱلْأَمْنُ وَهُم مُّهْتَدُونَ ﴾[2].

ويمكن أن نستدل على أثر الإيمان في بث القوة المعنوية في النفوس، ما حدث في غزوة بدر حيث وقع ما يشبه الإعجاز، حين تدخلت العناية الإلهية فأثرت في قيمة المثير للخوف في نفوس المسلمين، وهو كثرة عدد العدو، حيث بدت ضئيلة قليلة في أعين المسلمين، قال تعالى: ﴿ وَإِذْ يُرِيكُمُوهُمْ إِذِ ٱلْتَقَيْتُمْ فِىٓ أَعْيُنِكُمْ قَلِيلًا وَيُقَلِّلُكُمْ فِىٓ أَعْيُنِهِمْ لِيَقْضِىَ ٱللَّهُ أَمْرًا كَانَ مَفْعُولًا ۗ وَإِلَى ٱللَّهِ تُرْجَعُ ٱلْأُمُورُ ﴿٤٤﴾ يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓا۟ إِذَا لَقِيتُمْ فِئَةً فَٱثْبُتُوا۟ وَٱذْكُرُوا۟ ٱللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴾[3]. وجاءت البشرى بالإمداد بالملائكة فقللت من قيمة هذا المثير أيضاً في نفوس المجاهدين قال تعالى:

---

[1] سورة الفتح: آية ٤.

[2] سورة الأنعام: آية ٨٢.

[3] سورة الأنفال: آية ٤٤-٤٥.

﴿بَلَىٰٓ إِن تَصۡبِرُواْ وَتَتَّقُواْ وَيَأۡتُوكُم مِّن فَوۡرِهِمۡ هَٰذَا يُمۡدِدۡكُمۡ رَبُّكُم بِخَمۡسَةِ ءَالَٰفٖ مِّنَ ٱلۡمَلَٰٓئِكَةِ مُسَوِّمِينَ ۝ وَمَا جَعَلَهُ ٱللَّهُ إِلَّا بُشۡرَىٰ لَكُمۡ وَلِتَطۡمَئِنَّ قُلُوبُكُم بِهِۦ ﴾[1].

فالإنسان حينما يمتلأ قلبه بالإيمان، فإنه يشعر دائماً أنه بمعية الله تعالى، فلا تخيفه قوى الأرض مهما بلغت لقوله تعالى: ﴿ فَلَا تَهِنُواْ وَتَدۡعُوٓاْ إِلَى ٱلسَّلۡمِ وَأَنتُمُ ٱلۡأَعۡلَوۡنَ وَٱللَّهُ مَعَكُمۡ وَلَن يَتِرَكُمۡ أَعۡمَٰلَكُمۡ ﴾[2]، والمؤمن الذي يقرأ في كتاب الله تعالى: ﴿ وَلِلَّهِ ٱلۡمَشۡرِقُ وَٱلۡمَغۡرِبُۚ فَأَيۡنَمَا تُوَلُّواْ فَثَمَّ وَجۡهُ ٱللَّهِۚ إِنَّ ٱللَّهَ وَٰسِعٌ عَلِيمٞ ﴾[3]، يشعر أن الله تعالى معه أينما كانُ هذا يجعله في أنس دائم بربه. وهذا مبدأ هام يمكن أن نربي عليه أبنائنا منذ الصغر، وهو علاج ناجع لن يخاف الوحدة والظلام، فعندما نغرس في نفوس أطفالنا أن الله مع المؤمنين أينما كانوا، فإنه يخفف من حدة خوفهم وفزعهم من أي شيء كان.

ثانياً: ما يتعلق بقيم الصلاة والذكر والدعاء

إن من أسباب الطمأنينة النفسية ما يناجي به المؤمن ربه كلّ يوم من صلاة ودعاء، فمن خلالهما يتصل المؤمن بالله العلي القدير، فيستمد منه القوة والطمأنينة، لهذا جعلها الله تعالى سلاحاً للمؤمن يستعين بها في حياته، ويواجه بها مخاوفه وكلّ ما يقلقه[4].

---

[1] سورة آل عمران، آية ١٢٠.

[2] سورة محمد: آية٣٥.

[3] سورة البقرة: آية ١١٥.

[4] انظر: القرضاوي، الإيمان والحياة، مرجع سابق، ص١٢٥.

ونظراً لأهمية الصلاة في بث الطمأنينة في نفس الخائف، فإن الله تعالى لم يسقطها عن المسلمين، وهم في أشد لحظات خوفهم في قتالهم لأعدائهم فهي سلاح يواجهون به عدوهم ويستمدون منه القوة والعزيمة، وبه ينتصرون، يقول تبارك وتعالى: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱسۡتَعِينُواْ بِٱلصَّبۡرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴾[1].

وذكرت الآية الاستعانة بالصلاة لأنها أهم العبادات، وهي طريق الصلة بالله تعالى ومناجاته واستشعار هيبته وجلاله، وهي ملجأ الخائفين وسبيل تفريج كرب المكروبين، واطمئنان نفوس المؤمنين[2].

وإلى أثر الدعاء والذكر في منح النفس الطمأنينة، وتخليصها من مخاوفها يشير القرآن الكريم: ﴿ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ﴾[3]، فالقلب المتصل بالله تعالى يأنس بجوار الله، ويأمن في حماه، فيطرد عنه قلق الوحدة، وحيرة الطريق، ويطمئن بالشعور بالحماية من كلّ اعتداء، ومن كلّ ضر ومن كلّ شر إلا بما شاء الله تعالى، ومتى خالطت بشاشة الإيمان قلب المؤمن فيتصل بالله تعالى، فتربطه بهذا الكون علاقة المودة والانسجام، فلا يشعر بالخوف أو القلق أو عدم التوافق مع أي شيء في هذا الكون[4].

ثالثاً: ما يتعلق بقيمة الرضا بما قسم الله تعالى، والصبر على قدره

ومن القيم الإسلامية التي وجه إليها القرآن الكريم للحد من خوف الإنسان، قيمة الرضا والصبر، وهو أن يقنع الإنسان بما وهب الله له مما لا يستطيع تغيره، وفي حدود ما قدر له

---

(1) سورة البقرة: آية ١٥٣.

(2) انظر: الزحيلي، التفسير المنير، مرجع سابق، ج٢، ص ٣٩.

(3) سورة الرعد: آية٢٨.

(4) انظر: قطب، **في ظلال القرآن**، مرجع سابق، ج٤، ص ٢٠٦.

يجب أن يكون نشاطه وطموحه، فلا يعيش يتحسر على ما فاته ويتمنى ما بيد غيره[1]. قال تبارك وتعالى: ﴿ وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ ﴾[2]، فالإنسان بطبعه حريص على الرزق، وعنده طمع شديد فيه ولو ترك لحرصه وطمعه لأصبح خطراً على نفسه ومجتمعه، لذا وجه القرآن الكريم طموحه إلى قيم أرفع، ورزق أبقى، قال تبارك وتعالى: ﴿ وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِّنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ ۚ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ ﴾[3]، وتوجيه الإنسان إلى الإيمان والقيم الأرفع يحد من سورة الحرص، وطغيان الجشع والطمع على النفس البشرية، فلا يستبد بها ويجعلها في قلق وخوف دائم لا تكتفي بقليل، ولا تشبع من كثير، ولا يطفئ ظمأها ما عندها فتمد عينها إلى ما عند غيرها، وقد لا يرويها الحلال فتتجه إلى الحرام[4].

كما أننا نجد القرآن الكريم يؤكد على أن الخوف قد يكون نوع من الابتلاء للمؤمن لقوله تبارك وتعالى: ﴿ وَلَنَبْلُوَنَّكُم بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴾[5]، فاقتضت حكمة الخالق أن يمتحن المؤمنين بالخوف من الأعداء في الحروب والقحط والجدب، والموت، والقتل ليعلم من يصبر ويثبت

---

[1] انظر: القرضاوي، **الإيمان والحياة**، مرجع سابق، ص١٤٦.

[2] سورة النساء: آية ٣٢.

[3] سورة طه: آية١٣١.

[4] انظر: القرضاوي، **الإيمان والحياة**، مرجع سابق، ص ١٤٦.

[5] سورة البقرة: آية ١٥٥.

على ما هو عليه من الطاعة، ويسلم الأمر لله وحكمه[1]، وفي هذه الآية توجيه إلى قيمة الصبر ليهون على المؤمن كلّ ما يواجهه في هذه الحياة من مكاره ومصائب، كما أن فيها توجيه لقيمة الرضا بتقادير برب العالمين.

لذا كان من حكمة الخالق أن يجعل من الضراء وسيلة تنبيه يتذكر بها الإنسان أن له رباً فيدعوه مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ وَمَآ أَرْسَلْنَا فِي قَرْيَةٍ مِّن نَّبِيٍّ إِلَّآ أَخَذْنَآ أَهْلَهَا بِٱلْبَأْسَآءِ وَٱلضَّرَّآءِ لَعَلَّهُمْ يَضَّرَّعُونَ ﴾[2]، ففي لحظة لجوء المرء إلى الله تعالى، والاتصال الحقيقي به، تأتي إجابة الله تعالى للمضطر وتفريج كربه مصداقاً لقوله تعالى: ﴿ أَمَّن يُجِيبُ ٱلْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ ٱلسُّوٓءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَآءَ ٱلْأَرْضِ ۗ أَءِلَٰهٌ مَّعَ ٱللَّهِ ۚ قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ ﴾[3].

كما أن منهج القرآن الكريم في تربيته الانفعال الخوف قد تضمن التنبيه على الأسباب المؤدية إلى الخوف، وذكر منها كفران نِعَمَ الله تعالى، وقد ضرب لنا القرآن الكريم أمثلة على ذلك لأخذ العبرة منها قوله تعالى: ﴿ وَضَرَبَ ٱللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ ءَامِنَةً مُّطْمَئِنَّةً يَأْتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِّن كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعُمِ ٱللَّهِ فَأَذَٰقَهَا ٱللَّهُ لِبَاسَ ٱلْجُوعِ

---

(1) انظر: الزمخشري، **تفسير الكشاف**، مرجع سابق، ج١، ص ١٠٢.

(2) سورة الأعراف: آية ٩٤.

(3) سورة النمل: آية ٦٢.

وَٱلۡخَوۡفِ بِمَا كَانُواْ يَصۡنَعُونَ ﴾[1]. وقد قيل بأن هذه القرية مكة المكرمة، فقد كانت آمنة مطمئنة مستقرة، يتخطف الناس من حولها، ومن دخلها كان آمناً لا يخاف، فجحدت بآلاء الله وأعظمها بعثته ﷺ، فأذاقها الله شدة الجوع والخوف، بعد الأمن، وهذا المثل عبرة لكلّ قرية ومَثَل لكلّ قوم أنعم الله عليهم فأبطرتهم النعمة فكفروا وتولوا فأنزل الله بهم نقمته[2].

رابعاً: ما يتعلق بقيمة حب الآخرة وتفضليها على الحياة الدنيا

من القيم الهامة التي ركز عليها القرآن الكريم لتخليص الإنسان من كثير من مخاوفه قيمة حب الآخرة وتفضيلها على الدنيا، ويمكن توضيح منهج القرآن الكريم في غرس هذه القيمة العليا في النفوس بالآتي:

- التقليل من شأن الحياة الدنيا، ورفع شأن الحياة الآخرة، قال تعالى: ﴿ وَمَا هَٰذِهِ ٱلۡحَيَوٰةُ ٱلدُّنۡيَآ إِلَّا لَهۡوٞ وَلَعِبٞۚ وَإِنَّ ٱلدَّارَ ٱلۡأٓخِرَةَ لَهِيَ ٱلۡحَيَوَانُۚ لَوۡ كَانُواْ يَعۡلَمُونَ ﴾[3]، فالله تعالى يقارن بين الدنيا والآخرة، ويخبر بأن الحياة الدنيا حقيرة زائلة لا دوام لها، وغاية ما فيها لهو يتلهى به، ولعب، يتسلى به، وأما الآخرة فهي دار الحياة الدائمة، التي لا تزول ولا تنقضي وفي هذا تهوين وتصغير لشأن الدنيا فهي لا تساوي عند الله جناح بعوضة، لهذا فالله ﷻ يمد فيها الكفار بأرزاقهم وأعمارهم، أما في الحياة الآخرة، الحياة الحقيقية التامة التي لا فناء فيها، لا يكون لهم فيها نصيب من حياة أو

---

[1] سورة النحل: آية ١١٢.

[2] انظر: الزحيلي، التفسير المنير، مرجع سابق، ج١٤، ص ٢٥٢.

[3] سورة العنكبوت: آية ٦٤.

رزق، فلو أن كلّ إنسان علم هذه الحقيقة ما أثر الحياة الدنيا عليها، وما خاف على أجله لأنه يعلم بأن الموت ينقله إلى تلك الحياة الخالدة، والدار الباقية[1].

- التهوين من متع الحياة الدنيا، وأنها لا تساوي القليل القليل من متع الآخرة قال تبارك وتعالى: ﴿ أَرَضِيتُم بِٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا مِنَ ٱلْآخِرَةِ ۚ فَمَا مَتَٰعُ ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا فِى ٱلْآخِرَةِ إِلَّا قَلِيلٌ ﴾[2]، وهذه المقارنة بين متاع الدنيا ومتاع الآخرة تأتي بعد بيان موقف المنافقين إذا قيل لهم انفروا في سبيل الله تعالى فيتثاقلون إلى الأرض، خوفاً على الحياة، وخوفاً على المال، وخوفاً على اللذائذ والمصالح والمتاع، فيبين الله تعالى لهم أن ما يفوتهم من متاع الحياة ولذائذها مهما عظمت لا تساوي شيئاً مع متع الآخرة ونعيمها المقيم، وفي ذلك يقول تعالى: ﴿ وَلَئِن قُتِلْتُمْ فِى سَبِيلِ ٱللَّهِ أَوْ مُتُّمْ لَمَغْفِرَةٌ مِّنَ ٱللَّهِ وَرَحْمَةٌ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ ﴾[3].

وقد كان لهذه القيم التي ربى عليها القرآن الكريم جيل الصحابة أكبر الأثر في تخليصهم من مخاوفهم، فأخذوا يتسابقون إلى ساحات الجهاد دون خوف على رزق أو أجل، فكانوا يتنافسون على الشهادة في سبيل الله تعالى طمعاً في مرضاة الله ونعيم الجنة الذي لا يزول.

ومن خلال ما سبق يتضح لنا أهمية غرس القيم الإسلامية في النفوس لتخليصها من مخاوفها؛ ففي قيم الإيمان والتقوى يجد المسلم سكينة نفسه وطمأنينتها وأمنها، فهو يشعر دائماً أنه بمعية الله، فلا تخيفه قوى الأرض مهما بلغت، وفي الصلاة والذكر والدعاء يجد المسلم

---

[1] انظر: الزحيلي، التفسير المنير، مرجع سابق، ج٢١، ص ٩٤.

[2] سورة التوبة: آية ٣٨.

[3] سورة آل عمران: آية١٥٧.

أيضاً السكينة تملأ قلبه، والرضا والأمن والأمان، فهي السلاح الذي يواجه به كلّ ما يقلقه أو يخيفه.

كما أن المسلم الذي تنغرس في نفسه قيم الرضا بقدر الله، والصبر على الضراء، والشكر لله تعالى على السراء، أثر كبير في تخلصه من مخاوفه على الرزق، والنفس، والمصالح الدنيوية، فيوطن نفسه على التسليم بمقادير الله تعالى، وعدم القلق على المستقبل، وتقبل الحاضر كيفما كان دون خوف من مرض أو موت، لأنه يعلم أنه لا يصيبه إلا ما كتب الله له، وأن شكره لنعم الله تعالى تزيد هذه النعم فيعيش شاكراً حامداً لله غير خائف من أي شيء ولا يعرف القلق طريقاً إلى نفسه.

المبحث الثاني

منهج السنة النبوية الشريفة في تربية انفعال الخوف

يُعد منهج السنة النبوية الشريفة الترجمة العملية لمنهج القرآن الكريم في تربية انفعال الخوف عند المسلم.

وقد استطاعت الباحثة من خلال استقراء الأحاديث النبوية الشريفة أن تستخلص، ثلاثة مبادئ لتربية انفعال الخوف، موضحة هذه المبادئ بنماذج وأمثلة، لتوضح من خلال ذلك منهج السنة النبوية الشريفة في توجيه وتربية انفعال الخوف، وعليه فقد تناولت الباحثة هذه المبادئ في ثلاثة مطالب رئيسة:

- **المطلب الأول:** التوجه إلى الله تعالى بالعبادة.
- **المطلب الثاني:** الترغيب والترهيب.
- **المطلب الثالث:** غرس الثقة والطمأنينة في النفوس.

المطلب الأول: توجيه النفوس إلى الالتجاء إلى الله تعالى

من أهم المبادئ التي ركزت عليها السنة النبوية الشريفة لوقاية المسلم من الاستسلام لمخاوفه توجيهه إلى الالتجاء إلى الله تعالى بالعبادات، ومن أهمها: الصلاة، وقد كان ﷺ قدوة لأصحابه، ومثلاً أعلى في إقباله على الصلاة، كلما حزبه أمر فزع إليها، وإذا حان وقتها يقول "قم يا بلال، فأرحنا بالصلاة"[(١)].

وروي عن أم سلمه، زوج النبي ﷺ أنها قالت:"استيقظ رسول الله ﷺ ليلة فزعا، يقول: سبحان الله، ماذا أنزل الله من الخزائن، وماذا أنزل من الفتن، من يوقظ صواحب الحجرات- يريد أزواجه لكي يصلين- رب كاسية في الدنيا عارية يوم القيامة"[(٢)].

ومن التطبيقات العملية التي تمثل منهج الرسول ﷺ في توجيه أصحابه إلى الالتجاء إلى الله تعالى بالصلاة، كعلاج للخوف الذي قد يعتري المسلم من بعض الظواهر الطبيعية كالكسوف، والخسوف، ما روي عن أبي موسى أنه قال: خُسفت الشمس، فقام النبي ﷺ فزعاً، يخشى أن تكون الساعة، فأتى المسجد، فصلى بأطول قيام وركوع وسجود رأيته قط يفعله، وقال هذه الآيات التي يرسل الله لا تكون لموت أحد ولا لحياته، ولكن يخوف الله بها عباده، فإذا رأيتم شيئاً من ذلك فافزعوا إلى ذكره، ودعائه واستغفاره"[(٣)].

---

(١) رواه أبو داود في سننه، كتاب الأدب، باب رقم٧٨ ، حديث رقم٤٩٨٦ ، ص٥٣٩ ، حديث صحيح.

(٢) رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب الفتن، باب لا يأتي زمان إلا الذي بعده شرّمنه، باب رقم٦، حديث رقم٧٠٦٩، ص١٣٥١.

(٣) رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب الكسوف، باب الذكر في الكسوف، باب رقم١٤/٤٤٠ ، حديث رقم ١٠٥٩، ص ٢١١.

وفي رواية قال: "إن الشمس والقمر آيتان من آيات الله لا ينخسفان لموت أحد ولا لحياته، فإذا رأيتم ذلك، فادعوا الله، وكبروا، وصلوا، وتصدقوا"[١].

فبعد أن بيّن لهم حكمة الكسوف في أنها تخويف من الله تعالى لعباده، أمرهم بتقوى الله تعالى، والالتجاء إليه بقدر طاقتهم، من صلاة واستغفار ودعاء وصدقة[٢].

وقد كان الرسول ﷺ قدوة ومثلاً أعلى لأصحابه في حسن توكله على الله تعالى، في أشد المواقف وأحرجها، فقد روي عن جابر ﷺ أنه قال: غزونا مع رسول الله ﷺ غزوة قِبَل نجد، فأدركنا رسول الله ﷺ فنزل تحت شجرة، فعلق سيفه بغصن من أغصانها، قال: وتفرق الناس في الوادي يستظلون بالشجر، قال: فقال رسول الله ﷺ:" إن رجلاً آتاني وأنا نائم، فأخذ السيف، فاستيقظت، وهو قائم على رأسي، فلم أشعر إلا والسيف صلتا في يده، فقال لي: من يمنعك مني: قال: قلت: الله، ثم قال في الثانية: من يمنعك مني: قال: قلت الله. قال فشام[*] السيف فها هو جالس. ثم لم يعرض له رسول الله ﷺ[٣]. ففي نقله ﷺ الحادثة لأصحابه توجيه لهم للاقتداء به، ولفت انتباههم إلى أهمية قيمة التوكل على الله تعالى، وأثرها في حماية المسلم، ودفع الأذى والخوف عنه.

ومما يدل على خشية النبي ﷺ وخوفه من الله تعالى إكثاره من الاستعاذة من عذاب الله تعالى، وسخطه، وعقوبته، وكثرة استغفاره بالليل والنهار، ومن ينظر في كتب الأذكار

---

(١) رواه البخاري في **صحيحة**، كتاب الكسوف، باب الصدقة في الكسوف، باب رقم٢، حديث رقم١٠٤٤، ص٢٠٧.

(٢) انظر: منصور، علي ناصف، **التاج الجامع للأصول في أحاديث الرسول**، مصر، دار الحكمة، ١٩٧٥، ج١، ص٢٧٨-٢٧٩.

(*) شام السيف: سقط من يده.

(٣) رواه مسلم في **صحيحه**، كتاب الفضائل، باب توكله ﷺ على الله تعالى، وعصمة الله تعالى له من الناس، باب رقم١٣ ، حديث رقم ٦٠١٤.

والدعوات، يدهشه حال النبي ﷺ في كثرة دعائه، وقد غُفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر، ومن هذه الأدعية قوله ﷺ: "اللهم إني أعوذ بك من زوال نعمتك وتحوّل عافيتك، وفُجأة نقمتك، وجميع سخطك"[1].

فكان ﷺ بذلك يوجه أصحابه إلى الإكثار من الدعاء والذكر والاستعاذة بالله، لما لذلك من أثر كبير في ذهاب خوف المسلم ووقايته منه. وقد روي عنه ﷺ أنه قال: إذا فزع أحدكم في النوم فليقل: أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه، وعقابه، وشر عباده، ومن همزات الشياطين، وإن يحضرون، فإنها لن تضره"[2].

أي أن الشياطين لا تضره بوسوستها، ذلك أن غالب الخوف والفزع وأضغاث الأحلام من الشياطين، وينفع منها قراءة هذه الكلمات قبل النوم[3].

ومن المواقف المخيفة التي كان يوجه الرسول ﷺ فيها أصحابه إلى الدعاء، رؤية الريح العاصفة، فقد روي عن السيدة عائشة رضي الله عنها قالت:كان رسول الله ﷺ إذا رأى غيما، أو ريحا، عرف ذلك في وجهه، فقالت يا رسول الله أرى الناس إذا رأوا الغيم فرحوا، رجاء أن يكون فيه المطر، وأراك إذا رأيته، عرفت في وجهك الكراهية، قالت:فقال يا عائشة، ما يؤمنني أن يكون فيه عذاب، قد عذب قوم بالريح، وقد رأى قوم العذاب، فقالوا: "هذا عارض ممطرنا"، وقالت: كان النبي ﷺ إذا عصفت الريح قال: "اللهم إني أسألك خيرها، وخير ما فيها، وخير ما أرسلت به، وأعوذ بك من شرها، وشر ما فيها، وشر ما أرسلت به"[4].

---

[1] رواه مسلم في **صحيحه**، كتاب الرقاق، باب أكثر أهل الجنة، باب رقم٩٦ ، حدث رقم٢٧٣٩ ، ص ١٠٩٥.

[2] رواه الترمذي في **سننه**، أبواب الدعوات، باب رقم٩٦ ، حديث رقم٣٥٩٠ ، ص ٢٠٠٠ قال أبو عيسى: هذا حديث حسن غريب.

[3] منصور، علي ناصف، **التاج الجامع للأصول**، مرجع سابق، ج٥، ص ١٢٥.

[4] رواه مسلم في **صحيحه**، كتاب صلاة الاستسقاء، باب التعوذ عند رؤية الريح والغيم، والفرح بالمطر، باب رقم١٦، حديث رقم٢٠٨٦، ص ٣٦١.

فنستدل من هذا الحديث، على أن الريح العاصفة من الأمور التي تثير الخوف عند المسلم، كما يوضح ما ينبغي للمسلم قوله عند رؤية ذلك، فعندما سألت السيدة عائشة الرسول ﷺ عن سبب تغير وجهه، كان جوابه خوفه من أن يكون فيها العذاب، ثم وضحت السيدة عائشة انه ﷺ كان يلجأ إلى الله تعالى بالدعاء وفي هذا توجيه للمسلم في أن يلجأ إلى الله تعالى في مثل هذه المواقف.

المطلب الثاني: الترغيب والترهيب

لقد كان ﷺ يستخدم في تربيته النفسية للمسلمين أسلوب الترغيب تارة، وأسلوب الترهيب تارة أخرى، ففي تربيته للخوف من الله تعالى في النفوس، نلمح بوضوح جمعه ﷺ لأسلوبي الترغيب والترهيب في كثير من أحاديثه.

فمن أحاديث الترغيب قوله ﷺ : "**لا يلج النار أحد بكى من خشية الله تعالى، حتى يعود اللبن في الضرع**"[1] وقال رسول الله ﷺ: "**عينان لا تمسهما النار، عين بكت من خشية الله، وعين باتت تحرس في سبيل الله**"[2] وقد بين الرسول ﷺ أن من السبعة الذين يظلهم الله في ظله "**ورجل ذكر الله خالياً ففاضت عيناه**"[3].

في هذه الأحاديث الشريفة يبيّن النبي ﷺ فضل الخوف من الله تعالى، في أنه منجاة من النار، لما له من أثر كبير في دفع صاحبه إلى الطاعات، والابتعاد عن المعاصي، وفي هذا ترغيب للمسلم في الخوف منه سبحانه وتعالى.

---

(1) أخرجه الترمذي في سننه، أبواب الزهد، باب ما جاء في فضل البكاء من خشية الله، باب رقم ٦، حديث رقم ٢٤١٣، ص ٣٨٠، وفي الباب عن أبي ريحانة، وابن عباس، هذا حديث صحيح.

(2) أخرجه الترمذي في **سننه**، أبواب الجهاد، باب ما جاء في فضل الحرس في سبيل الله، باب رقم ١٢، حديث رقم ١٦٩٠، ج٣، ص٩٦، وقال أبو عيسى هذا حديث حسن غريب.

(3) أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب الأذان، باب من جلس في المسجد ينتظر الصلاة وفضل المساجد، باب رقم ٣٥، حديث رقم ٦٦٠، ص١٤١.

ومن أحاديث الترهيب قوله ﷺ: "إني أرى ما لا ترون واسمع ما لا تسمعون، أطت السماء، وحُق لها أن تئط، ما فيها موضع أربع أصابع إلا وملك واضع جبهته لله ساجداً، والله لو تعلمون ما أعلم لضحكتم قليلاً، ولبكيتم كثيراً، وما تلذذتم بالنساء على الفرش، ولخرجتم إلى الصعدات تجارون إلى الله، لوددت أني كنت شجرة تعضد"(١).

ففي هذا الحديث يذكر الرسول ﷺ، أنه يرى ويسمع من أحوال وأهوال الدنيا والآخرة، وعجائب الملكوت، ما لا يرى أصحابه، وما لا يسمعون، ولو كانوا يعلمون ما يعلم، لقل ضحكهم، وكثر بكاؤهم، وخرجوا من المنازل يستغيثون بالله أن ينجيهم، حتى يتمنى الرسول ﷺ لهول ما يرى لو كان شجرة تقطع فتنتهي(٢).

وهكذا نلاحظ كيف كان الرسول ﷺ يجمع بين أسلوبي الترغيب والترهيب في تربيته النفسية لأصحابه، ليصل بهم إلى نوع من الاتزان النفسي في خوفهم من الله تعالى، وحديث حنظله الأسيدي يوضح لنا ذلك فقد روي عنه أنه قال: يا رسول الله نكون عندك تذكرنا بالنار والجنة حتى كأنّا رأي عين، فإذا خرجنا من عندك عافسنا الأزواج والأولاد والضيعات، ونسينا كثيراً. فقال رسول الله ﷺ: "والذي نفسي بيده إن لو تدومون على ما تكونون عندي وفي الذكر، لصافحتكم الملائكة على فرشكم، وفي طرقكم، ولكن يا حنظله ساعة وساعة، ثلاث مرات(٣).

---

(١) رواه الترمذي في **سننه**، أبواب الزهد، باب ما جاء في قول النبي ﷺ لو تعلمون ما اعلم لضحكتم قليلاً، باب رقم٧ ، حديث رقم٢٤١٤ ، ص٣٨٠، قال أبو عيسى هذا حديث حسن غريب، وفي الزوائد: إسناده صحيح رجاله ثقات اطيط السماء: صوتها من كثرة الملائكة فوتها. الصعدات: جمع صعيد، وهي فناء الدار، وممر الناس أمامها.

(٢) انظر: منصور، علي ناصف، **التاج الجامع**، مرجع سابق، ج٥، ص٢٠٤-٢٠٥.

(٣) رواه مسلم في **صحيحه**، كتاب التوبة، باب فضل دوام الذكر، باب رقم٣/٤ ، حديث رقم٧٠٦٦ ، ص . كأنا رأي عين: كانا بحال من يراها بعينه، عافسنا: لاعبنا، الضيعات: جمع ضيعة وهي معاش الرجل من مال أو حرفة.

فحنظله ﷺ خاف أن يكون منافقاً؛ حيث كان يحصل له الخوف من الله تعالى في مجلس النبي ﷺ ويظهر عليه ذلك من المراقبة، والفكر والإقبال على الآخرة، فإذا خرج من عند رسول الله ﷺ اشتغل بالأولاد، ومعايش الدنيا، فأعلمه النبي ﷺ أن ذلك ليس بنفاق، وأنهم لا يكلفون الدوام على ذلك فساعة كذا، وساعة كذا[١].

فكان الرسول ﷺ إلى جانب حرصه على غرس الخوف من الله تعالى في نفوس أصحابه، يحرص على بث الرجاء برحمة الله تعالى في نفوسهم أيضاً، فقد روي عنه أنه قال: "لما قضى الله الخلق، كتب في كتابه فهو عنده فوق العرش، إن رحمتي غلبت غضبي"[٢].

والمراد بالغلبة هنا كثرة الرحمة وشمولها، كما يقال غلب على فلان الكرم والشجاعة، إذا كثر منه ذلك[٣].

وقد روي عن رسول الله ﷺ قال: **"إن الله خلق الرحمة يوم خلقها مائة رحمة فأمسك عنده تسعاً وتسعين رحمة، وأرسل في خلقه كلهم رحمة واحدة، فلو يعلم الكافر بكلّ الذي عند الله من الرحمة لم ييئس من الجنة ولو يعلم المؤمن بكلّ الذي عند الله من العذاب لم يأمن من النار"**[٤].

"فالمكلف ينبغي أن يكون بين الخوف والرجاء حتى لا يكون مفرطاً في الرجاء، بحيث يصير من المرجئة القائلين لا يضر مع الإيمان شيء، ولا مفرطا في الخوف بحيث لا يكون

---

[١] انظر: النووي، محي الدين بن شرف، **شرح النووي على صحيح مسلم**، الرياض، مكتبة الرشد، ٢٠٠٤، ج٩، ص ٧١-٧٢.

[٢] رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب بدء الخلق، باب ما جاء في قول الله تعالى وهو الذي يبدؤا الخلق ثم يعيده، سورة الروم: ٢٧، باب رقم١/١ ، حديث رقم٣١٩٤ ، ص ٤٣٣.

[٣] النووي، **شرح النووي على صحيح مسلم**، الرياض، مكتبة الرشد، ٢٠٠٤، ج٩، ص ٧٣.

[٤] أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب الرقاق، باب الرجاء مع الخوف، باب رقم١٩، حديث رقم٦٤٦٩، ص ٢٤.

من الخوارج والمعتزلة القائلين بتخليد صاحب الكبيرة إذا مات من غيرِ توبة في النار، فينبغي له أن يكون وسطاً بينهما كما قال تعالى: ﴿ وَيَرْجُونَ رَحْمَتَهُۥ وَيَخَافُونَ عَذَابَهُۥٓ ﴾[1]، والمتأمل لقواعد الإسلام يجد أنها أصولاً وفروعاً كلها في جانب الوسط[2].

فمن خلال هذه النصوص الشرعية نجد أن الرسول ﷺ كان يسعى في تربيته للخوف من الله في نفوس أصحابه تارة بالترغيب وتارة بالترهيب، إلى تشكيل الشخصية الإسلامية المتزنة، التي تجمع بين الخوف والرجاء، فلا يطغى جانب على آخر، وقد أشار ابن القيم إلى ذلك بقوله: "القلب في سيره إلى الله ﷻ بمنزلة الطائر فالمحبة رأسه، والخوف والرجاء جناحاه، فمتى سلم الرأس والجناحان، فالطائر جيد الطيران، ومتى قطع الرأس مات الطائر، ومتى فقد الجناحان فهو عرضة لكلّ صائد وكاسر"[3].

وترسيخا لمبدأ الاعتدال في الخوف من الله تعالى عدّ الرسول الكريم ﷺ الخوف الذي يؤدي بالمسلم إلى التشدد بالعبادة، وتكليف النفس مالا تطيق من الأعمال من الأمور المذمومة، فقد روي أنه جاء ثلاثة رهط إلى بيوت أزواج النبي ﷺ يسألون عن عبادته، فلما أخبروا كأنهم تقالوها، فقالوا وأين نحن من النبي ﷺ، قد غُفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر، قال أحدهم: أما أنا فإني أصلي الليل أبداً، وقال آخر: أنا أصوم الدهر ولا أفطر، وقال آخر: أنا اعتزل النساء فلا أتزوج أبداً، فجاء النبي ﷺ فقال: "**أنتم الذين قلتم كذا وكذا؟ أما والله إني لأخشاكم لله**

---

(1) سورة الإسراء: آية: ٥٧.

(2) ابن حجر العسقلاني، **فتح الباري**، مرجع سابق، ج١١، ص٣٨٠.

(3) ابن قيم الجوزية، **مدارج السالكين**، مرجع سابق، ص٣٢٣.

وأتقاكم له، لكني أصوم وأفطر وأصلي وأرقد، وأتزوج النساء، فمن رغب عن سنتي فليس مني"[1].

في هذا الحديث الشريف يقرر لنا الرسول الكريم ﷺ، حقيقة هامة وهي أن خشية الله تعالى والخوف منه لا تعني التشدد في الدين، وحمل النفس على مالا تطيق من العبادات ولو كان الأمر كذلك لكان رسول الله ﷺ هو أشد الناس خشية لله تعالى من المتشددين في العبادة، بل كان يصوم ويفطر ويصلي ويرقد، ويتزوج النساء مؤكداً على أن التوسط والاعتدال من أهم خصائص الشريعة الإسلامية.

لذلك فقد أكثر الرسول ﷺ من ذكر أسباب الرجاء، ليعالج به صدمة الخوف المفرط المفضي إلى القنوط، وقد ربى الرسول ﷺ أصحابه على الموازنة بين الخوف والرجاء تطبيقاً لمنهج القرآن الكريم الذي لا يكاد يذكر الخوف في آية إلا ويقترن بها ذكر الرجاء.

وفيما يتعلق بالخوف من أصحاب السلطة، نجد الرسول ﷺ يرغب في قول كلمة الحق دون خوف على رزق أو مال بأن عدّه من أعظم الجهاد، حيث روي أن رجلاً عرض لرسول الله ﷺ عند الجمرة الأولى فقال: يا رسول الله: أي الجهاد أفضل؟ فسكت عنه فلما رأى الجمرة الثانية سأله. فسكت عنه، فلما رمى جمرة العقبة، وضع رجله في الغرز ليركب. قال: أين السائل؟" قال: أنا يا رسول الله! قال كلمة حق عند ذي سلطان جائر"[2].

---

[1] أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب النكاح، باب الترغيب في النكاح، باب رقم١ ، حديث رقم٥٠٦٣ ، ص ١٠٠٥)، وأخرجه مسلم في **صحيحه**، كتاب النكاح، باب استحباب النكاح لن نفسه إليه، باب رقم١ ، حديث رقم١٤٠١ ، باختلاف، ص ٥٤٩.

[2] رواه ابن ماجه في **سننه**، كتاب الفتن، باب الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر، باب رقم٢٠ ، حديث رقم ٤٠١٢، ص.١٣٣٠، وفي الزوائد في إسناده أبو غالب، وهو مختلف فيه، وقد ضعفه ابن سعد ووثقه الدار قطني، وقال ابن عدي لا بأس به.

فالرسول ﷺ يجعل من قول كلمة الحق، وهي أن تكون مطابقة للواقع في الصدق، تقال عند سلطان ظالم، من أعظم الجهاد لأن صاحبه يعرض نفسه لجهاد العدو وقسوته، من أجل إظهار الحق فربما نبه الرعية بهذه الكلمة، وربما أيقظ ضمير الحاكم، وبصره مع احتمال أن يُعذب من أجل كلمة الحق في سبيل الله تعالى[1]، وهذا تشجيع منه ﷺ وترغيباً بعدم الخوف من العدو وأصحاب السلطة.

والإسلام وهو يدعو إلى قول كلمة الحق، وعدم كتمانها خوفاً من أصحاب السلطة يدعو إلى الحكمة والكلمة اللينة في عرض الحق. فإلى ذلك دعا الله عز وجل، موسى وهارون -عليهما السلام – حين أرسلهما إلى أعتى أهل الأرض، إلى فرعون الذي تجاوز الحد في الطغيان قائلاً: ﴿ ٱذْهَبَآ إِلَىٰ فِرْعَوْنَ إِنَّهُۥ طَغَىٰ ۝ فَقُولَا لَهُۥ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُۥ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَىٰ ﴾[2].

وفيما يتعلق بالخوف من الموت، فقد روي عن ابن عمر أنه قال: "**كنت مع رسول الله ﷺ فجاءه رجل من الأنصار، فسلم على النبي ﷺ ثم قال: يا رسول الله، أي المؤمنين أفضل؟ قال: أحسنهم خلقاً، قال: فأي المؤمنين أكيس؟ قال: "أكثرهم للموت ذكراً، وأحسنهم لما بعده استعداداً، أولئك الأكياس**"[3].

---

(1) انظر: الحسيني، ابن حمزة الشريف إبراهيم بن محمد، **البيان والتعريف في أسباب ورود الحديث الشريف**، بيروت، المكتبة العلمية، ١٩٨٠، ١٢، ص٨٧.

(2) سورة طه: آية ٤٣-٤٤.

(3) رواه ابن ماجه في **سننه**، كتاب الزهد، باب ذكر الموت والاستعداد له، باب رقم٣١ ، حديث رقم٤٢٥٩ ، ص١٤٢٣ ، وفي الزوائد فروة بن قيس مجهول.

ومعنى أكيس أعقل، فالرسول ﷺ يجعل أعقل المؤمنين أكثرهم للموت ذكراً، وأحسنهم لما بعده استعداداً، ولا شك أن في هذا القول نوع من التعزيز والتشجيع على الإكثار من ذكر الموت، لما في ذلك من تخليص للإنسان من خوفه على أجله، ومن عقده الخوف من الموت.

والأحاديث التي تحث على الإكثار من ذكر الموت كثيرة منها: قول الرسول ﷺ: "**أكثروا ذكر هاذم اللذات، أي الموت**"[١]، وفي رواية هاذم اللذات.

كما أن الرسول ﷺ كان يشجع على كلّ عمل يذكر بالموت، فشجع على زيارة القبور حيث قال ﷺ: "**كنت نهيتكم عن زيارة القبور، فزوروها فإنها تزهد في الدنيا وتذكر الآخرة**"[٢].

ونظراً لأن حب الدنيا وكراهية الانتقال منها من أكثر أسباب خوف الإنسان من الموت، فإن النبي ﷺ كان يهوّن من أمر الدنيا ويقلل من شأن التشبث بها، بصورة توصل الإنسان المتشبث إلى درجة الخوف المرضي، والذي يعطل قدرات الإنسان، ويحول بينه وبين الاستفادة من حياته المؤقتة[٣]، ومن الأحاديث التي كان يقلل فيها من شأن الدنيا ترغيباً بالحياة الآخرة، ما روي عن عبد الله قال: "**نام ﷺ على حصير فقام وقد أثرّ في جنبه فقلنا يا رسول الله، لو اتخذنا لك وطاءً فقال مالي وللدنيا، ما أنا والدنيا إلا كراكب استظل تحت شجر ثم راح وتركها**"[٤].

---

[١] رواه الترمذي في **سننه**، أبواب الزهد، باب ما جاء في ذكر الموت، باب رقم ٢، حديث رقم ٢٤٠٩، ص ٣٧٨-٣٧٩. وقال أبو عيسى هذا حديث حسن غريب.

[٢] رواه ابن ماجة في **سننه**، كتاب الجنائز، باب ما جاء في زيارة القبور، باب رقم٤٧ ، حديث رقم١٥٧١، ص٥٠١ ، وفي الزوائد: إسناده حسن.

[٣] الهادي، محمد زين، **علم نفس الدعوة**، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية،١٩٩٥ ، ص٢٤٧.

[٤] رواه الترمذي في **سننه**، أبواب الزهد، باب رقم ٣١، حديث رقم ٢٤٨٣، ص ١٧، وقال أبو عيسى هذا حديث صحيح.

وفيما يتعلق بالخوف من المرض، فإن منهجه ﷺ في تربيته يقوم على ترغيب المسلم بما عند الله من أجر فقد روي عن ابن مسعود انه قال:دخلت على رسول الله ﷺ وهو يوعك وعكا شديدا، فمسسته بيدي، فقلت يا رسول الله: إنك لتوعك وعكا شديدا؟ فقال رسول الله ﷺ: أجل إنني أوعك كما يوعك رجلان منكم"، فقلت إن لك أجرين؟ فقال رسول الله ﷺ: "اجل"، ثم قال رسول الله ﷺ: "ما من مسلم يصيبه أذى، مرض فما سواه، إلا حط الله له سيئاته كما تحط الشجرة ورقها"[1].

وقوله ﷺ: "ما يصيب المسلم من نصب ولا وصب ولا هم ولا حزن ولا أذى، ولا غم، حتى الشوكة يشاكها، إلا كفّر الله بها من خطاياه"[2].

ففي هذا الحديث الشريف يبين الرسول أن أنبياء الله تعالى كانوا أشد الناس بلاءً، وإن الأمراض قد تكون كفارة للذنوب، ولا شك أن المسلم الذي يعي هذا القول لن يكون عنده ذاك الخوف الشديد، والقلق المفرط من الإصابة بالأمراض، لأنه يرغب بما عنده سبحانه من أجر وثواب، إن هو رضي بقضاء الله وقدره، وصبر على ألم المرض.

---

[1] رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب المرضى، باب وضع اليد على المريض، باب رقم ١٣، حديث رقم ٥٦٦٠، ص١١١٢.

[2] رواه البخاري في **صحيحة**، كتاب المرضى، باب ما جاء في كفارة المرض، باب رقم١، حديث رقم٥٦٤١، ص١١٠٩، نصب: تعب.

المطلب الثالث: غرس الثقة والطمأنينة في النفوس

وهو من أهم المبادئ التي ارتكزت عليها السنة النبوية الشريفة لتخليص الإنسان من مخاوفه، فعن خباب بن الأرت قال: "شكونا إلى رسول الله ﷺ وهو متوسد بردة له في ظل الكعبة، قلنا له: "ألا تستغفر لنا، ألا تدعو لنا قال: كان الرجل فيمن قبلكم يحفر له في الأرض فيجعل فيها فيجاء بالمنشار فيوضع على رأسه فيشق باثنتين وما يصده ذلك عن دينه ويمشط بأمشاط الحديد ما دون لحمه من عظم أو عصب وما يصده ذلك عن دينه، والله ليُتِمَنّ هذا الأمر حتى يسير الراكب من صنعاء إلى حضرموت، لا يخاف إلا الله والذئب على غنمه ولكنكم تستعجلون"[1]. فالرسول ﷺ يبشر أصحابه بمجيء زمان يسود فيه الأمن بعد أن يجعل الله الغلبة لدينه حتى يسير الإنسان دون خوف من صنعاء إلى حضرموت" وهما مدينتان باليمن والمسافة بينهما بعيدة نحو خمسة أيام"[2].

وفيما يتعلق بالرزق، فقد كان ﷺ يحرص على بث الثقة والطمأنينة في نفوس أصحابه تخليصاً لهم من خوفهم من الفقر، فما يروى عنه أنه قال: "أيها الناس اتقوا الله وأجملوا في الطلب فإن نفسا لن تموت حتى تستوفي كامل رزقها وإن أبطأ عنها، فاتقوا الله، وأجملوا في الطلب، خذوا ما حل ودعوا ما حرم"[3]. فالرسول ﷺ يبين لأصحابه أن لا داعي للخوف من الفقر، فإن كلّ نفس لن تموت حتى تستوفي كامل رزقها الذي قدره الله تعالى لها، ولا شك أن

---

(1) أخرجه البخاري في **صحيحه**، كتاب المناقب، باب علامات النبوة في الإسلام، باب رقم ٢٥، حديث رقم ٣٦١٢، ص ٦٢٩.

(2) ابن حجر العسقلاني، **فتح الباري**، مرجع سابق، ج٧، ص٥١٧.

(3) رواه ابن ماجة في **سننه**، كتاب التجارات، باب الاقتصاد في طلب المعيشة، باب رقم٢، حديث رقم٢١٤٤، ص٧٢٥، وفي الزوائد إسناده ضعيف لأن فيه الوليد بن مسلم وابن جريج، ورواه ابن حبان في صحيحه.

تبشير الرسول ﷺ بذلك، له أكبر الأثر في اطمئنانهم على رزقهم، حيث تمتلئ أنفسهم رضاً بقدر الله تعالى، مما لا يدع مجالاً لخوف أو قلق.

وفيما يروى عن أبي الدرداء أنه قال: خرج علينا رسول الله ﷺ ونحن نذكر الفقر، فقال: الفقر تخافون؟ والذي نفسي بيده لتُصَبَّنَّ عليكم الدنيا صبًّا، حتى لا يزيغ قلب أحدكم إزاغةً إلا هية، وأيم الله لقد تركتم على مثل البيضاء ليلها ونهارها سواء"[1].

ففي هذا الحديث الشريف يطمئن الرسول ﷺ المسلمين ويؤمنهم من الخوف من الفقر، بأن بشرهم بالخيرات التي ستكون لهم بإذن الله تعالى، فطمئنهم على رزقهم طمأنينة تنزع من قلوبهم الخوف من الفقر إلى يوم القيامة، إلا من نقص إيمانه، وتزعزعت ثقته بالله تعالى.

وفي حالة الخوف من المرض، فإن الرسول ﷺ كان يدرك حاجة الخائف من المرض سواءً كان حقيقياً أو وهمياً، إلى ما يجعله مطمئناً، ساكن البال، هادئ الروع، وحاجته إلى من يصبره أو يعدهُ بالشفاء لذلك كان ﷺ إذا زار مريضاً، دعا له بالشفاء، فما يروى عن السيدة عائشة رضي الله عنها أن رسول الله، كان إذا أتى مريضاً أو أتي به إليه، قال ﷺ:"أذهب البأس أشفِ وأنت الشافي، شفاء لا يغادر سقماً"[2].

إضافة إلى هذه المبادئ لا يفوتني الإشارة إلى أهمية القدوة في شخصيته ﷺ فقد كان ن قدوة لأصحابه ومثلا يحتذى به في الشجاعة وعدم الاستسلام للخوف، فقد روي عن أنس ﷺ انه قال، كان رسول الله ﷺ أحسن الناس، وأشجع الناس. وقد فزع أهل المدينة ليلة، سمعوا

---

[1] سبق تخريجه ص ٥٧.

[2] رواه البخاري في صحيحه، كتاب المرضى، باب دعاء العائد للمريض، باب رقم٢٠، حديث رقم٥٦٧٥، ص١١١٥.

صوتا، قال فتلقاهم النبي ﷺعلى فرس لأبي طلحة عري وهو متقلد سيفه، فقال:لم تراعوا، لم تراعوا، ثم قال رسول الله ﷺ: "وجدته بحرا، أي الفرس"[1].

وخلاصة القول فإن منهج السنة النبوية الشريفة قام على ثلاثة مبادئ، تمثلت بمبدأ توجيه النفوس إلى الالتجاء إلى الله تعالى في السراء والضراء، من صلاة ودعاء وذكر واستغفار وحسن توكل.

إضافة إلى مبدأ هام اعتمدت عليه السنة النبوية الشريفة في تربية الخوف عند المسلم تمثل بأسلوب الترغيب والترهيب والجمع بينهما للوصول إلى الشخصية السوية والمتزنة.

وأخيراً كان مبدأ غرس الثقة والطمأنينة في النفوس حيث وضحت الباحثة أثر هذا المبدأ النبوي في تخفيف مخاوف المسلم، وعدم الاستسلام لها.

---

(1) رواه البخاري في صحيحه، كتاب الجهاد والسير، باب إذا فزعوا بالليل، باب رقم١٦٥ ، حديث رقم ٣٠٤٠، ص٥٨١.

خلاصة الفصل الثالث

من خلال العرض السابق لمنهج الإسلام في تربية انفعال الخوف، يمكن أن نخلص إلى القول بأن القرآن يركز في تربيته على النفس الإنسانية من الداخل، وذلك بربط قلب المؤمن بالله تعالى، من خلال غرس العقيدة الصحيحة وقيم الإيمان في النفوس، ولاسيما تلك المتعلقة بالأجل والرزق، والنفع والضر، وذلك لإقامة الحواجز الواقية والسدود المنيعة أمام كلّ مدخل من مداخل الخوف والقلق، إضافة إلى الحرص على غرس الثقة والطمأنينة في نفس المسلم من كلّ ما من شأنه أن يثير عنده الخوف.

كما ارتكز منهج السنة على مبدأ التوجه إلى الله تعالى بالعبادة من دعاء وصلاة وصدقة، وكذلك مبدأ الجمع بين أسلوبي الترغيب والترهيب ليصل بالإنسان إلى الشخصية السوية والمتزنة في مخاوفها.

إضافة إلى مبدأ غرس الثقة والطمأنينة في النفوس، حيث كان منهج السنة بمثابة الترجمة العملية لمنهج القرآن الكريم في تربية انفعال الخوف عند المسلم.

الفصل الرابع

دور وسائط التربية في تربية انفعال الخوف

بعد أن بينت الباحثة أهمية الخوف في حالته الطبيعية المعتدلة، وما ينتج عنه من آثار إيجابية في حياة الفرد، حيث يسهم في تعلم أنماط سلوكية مرغوبة، ويساعد في عملية التعليم، والتخطيط والإعداد الجيد لمواجهة ظروف الحياة الطارئة. إلا أن للخوف آثار سلبية إذا زاد عن حالته العادية، حيث يؤدي إلى تعطيل القدرة على التفكير السليم، كما أنه قد يعوق عملية التعلم ويضعف الأداء، مما يعرقل النمو الشخصي والاجتماعي للفرد.

لذلك كان لابدّ من بيان الدور الذي يقع على عاتق المؤسسات التربوية في توجيه انفعال الخوف وتربيته عند النشء.

فكما أن البيئة الاجتماعية قد تزيد من الاستجابة لمثيرات الخوف لدى الأفراد، فإنها بالمقابل قادرة على القيام بدور إيجابي فاعل لتربية شخصية متزنة في مخاوفها، متى ازداد وعيها بمنهج القرآن الكريم، والسنة النبوية الشريفة، وأفادت منه في مراحل مسيرتها التعليمية والتربوية، ويزداد هذا الدور فاعلية متى كانت على درجة من الوعي الكامل بأهمية وخطورة الدور المنوط بها في سبيل تربية جيل يتسم بالاتزان الانفعالي قادر على مواجهة ظروف الحياة المتغيرة بنفس ثابتة مطمئنة، لا يعرف الخوف المفرط، والقلق الزائد إليها سبيلاً.

وحينما تتحدث الباحثة في هذا الفصل عن دور وسيطين مهمين من وسائط التربية، ممثلين بالأسرة والمدرسة، فإنها تؤكد على أن الحديث عن هذين الوسيطين في مبحثين مستقلين لا يعني أنهما منفصلين عن بعضهما، فكلّ منهما يكمل دور الآخر، فلا يتصور أن ينجح في أحد هذين الوسيطين بمنأى عن الآخر، فالدور الذي تؤديه المدرسة لابد وأن يكون منسجماً مع الدور الذي تؤديه الأسرة، وبغير هذا الانسجام، لا يمكن أن ينجح أي منهما في تحقيق غاياته.

فالتذبذب، ووجود فجوة بين هذين الوسيطين في المحصلة لا يعني سوى تربية شخصية متذبذبة مضطربة.لذا جاء هذا الفصل في مبحثين رئيسين، هما:

- المبحث الأول: الأسرة.
- المبحث الثاني: المدرسة.

المبحث الأول

الأسرة

تُعدُّ الأسرة الدائرة الأولى من دوائر التنشئة الاجتماعية، والتربية النفسية، وهي المحضن الأول للطفل الذي تنمو فيه بذور شخصيته.

فالأسرة هي المسؤولة بالدرجة الأولى عن تشكيل شخصية أبنائها من جميع جوانبها الجسمية والنفسية والخلقية والانفعالية، وذلك في إطار مقولة: بأن كلّ فرد هو نتاج التأثير للعائلة، فلا يستكمل تفتحه ونموه الاجتماعي إلا عن طريق الأسرة(١).

وقد أكدت دراسات متعددة قام بها الباحثون في مختلف البلدان أن للحرمان من رعاية الوالدين آثاراً سيئة على النمو الجسمي والاجتماعي والانفعالي للطفل، حيث أن غالبية الاضطرابات النفسية، والتي من بينها الخوف والقلق، تعود إلى اضطرابات داخل الجو الأسري وإلى الحرمان من رعاية الوالدين(٢).

لذا يتناول هذا المبحث بيان الدور الذي تتحمله الأسرة في توجيه وتربية انفعال الخوف عند أفرادها وجهة سليمة، قائمة على أسس نفسية إسلامية صحيحة.

---

(١) انظر: موكو، جورج، **التربية الوجدانية والمزاجية للطفل**، ترجمة منير العصرة ونظمي لوقا، القاهرة، دار المعرفة،١٩٧٨ م، ص ١٢.

(٢) انظر: أحمد، سهير كامل، **أسس تربية الطفل بين النظرية والتطبيق**، القاهرة، دار المعرفة،٢٠٠٠ م، ص٣٤.

وينبغي الإشارة هنا إلى أننا لا نقصد بتربية الخوف، عند الإنسان أن نوصله إلى حالة من التبلد الانفعالي، وإنما يقصد بذلك إيصال الفرد إلى حالة من الاستقرار الانفعالي، بحيث تأتي استجابته لانفعال الخوف، متناسبة مع سنه، وطبيعة المواقف المخيفة التي يتعرض لها.

وعليه فقد جاء هذا المبحث وفق المطالب الآتية:

- المطلب الأول: التربية الإيمانية.
- المطلب الثاني: إشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية.
- المطلب الثالث: الثواب والعقاب.
- المطلب الرابع: القدوة.

المطلب الأول: التربية الإيمانية

تُعدُّ التربية الإيمانية من أهم الواجبات والأولويات التي تقع على عاتق الأسرة، فهي التي ترسخ أسس العقيدة السليمة في نفس الطفل، من أول يوم يأتي به إلى الدنيا، لذا جعل الإسلام التأذين في إذن المولود من الأمور المستحبة، ليكون اسم الله، وكلمات التوحيد أول ما يطرق مسامعه فقد ثبت أن النبي ﷺ أذن في إذن الحسن بن علي حين ولدته فاطمة بالصلاة[1].

والأذان هنا تلقين لشعار الإسلام، والشهادتين كما يلقن كلمة التوحيد عند خروجه من الدنيا.

ونظراً لأهمية هذا النوع من التربية وأثره في تربية وتوجيه انفعال الخوف عند الطفل، كان لابد للباحثة من أن تتناوله بشيء من الإيضاح، من خلال بيان مفهوم التربية الإيمانية، وأساليب الوالدين في تربية أبنائهم تربية إيمانية سليمة، ثم بيان أهمية ودور التربية الإيمانية في توجيه انفعال الخوف.

أولاً: مفهوم التربية الإيمانية

يمكن تعريف التربية الإيمانية بأنها: ربط الطفل بالإسلام عقيدة وعبادة، وجعله متصلاً به منهاجاً ونظاماً فلا يقبل سوى الإسلام ديناً[2].

فمن خلال هذا التعريف نستنتج المسؤولية التي تقع على الآباء في ربط أولادهم بأصول الإيمان، من الحقائق الإيمانية، والأمور الغيبية، كالإيمان بالله تعالى وملائكته وكتبه رسله عليهم السلام، والإيمان باليوم الآخر، والقدر خيره وشره، وسائر الأمور الغيبية.

---

[1] رواه أبو داود في **سننه**، كتاب الأدب، باب في الصبي يولد فيؤذن في أذنه، باب رقم ١٠٦، ١٠٧، حديث رقم ٥١٠٥ ج٣، ص ٥٥٠، صححه الألباني، وقال الترمذي: هذا حديث حسن صحيح.

[2] انظر: خطار، يوسف، **التربية الإيمانية والنفسية للأولاد**، سوريا، دار التقوى،٢٠٠٣ م، ص١٨٨.

وكذلك تعويد الأبناء منذ الصغر أركان الإسلام من صلاة وصيام وزكاة وغيرها من العبادات التي تقوي صلتهم بالله تعالى، وتعليمهم مبادئ الشريعة والأحكام الفقهية[1].

ثانياً: أساليب الوالدين في تربية أبنائهم تربية إيمانية

تُعدُّ الأسرة المحضن الصحي الآمن، لتفتح مدارك الأبناء، ففي كنفها يميز بين ما أحل الله وما حرمه، وفيها يتعلم ما افترضه الله عليه من عبادات[2].

ونظراً لمكانة الأسرة في نفوس الأبناء، فإنه يتهيأ لها فرصة التأثير والتوجيه والتدريب لغرس عقائد الإيمان في نفوس أبنائها، ما لم يتهيأ لأي مؤسسة تربوية أخرى، لذلك يقع على عاتقها القدر الأكبر من المسؤولية لغرس العقيدة الصحيحة في نفوس النشء.

والأسرة الواعية هي التي تبدع في أساليبها وتنوع بما يتناسب مع المرحلة العمرية لأبنائها، وكذلك ما بينهم من فروق فردية. ومن الأساليب التي يمكن للوالدين استخدامها حتى تنمو جذور الإيمان في نفوس الأبناء، فتظهر آثاره في تشكيل شخصية سوية متزنة.

١. أسلوب التعليم المباشر والإقناع

يحتاج الطفل في سنواته الأولى إلى من يعلمه بطريق التلقين أسس العقيدة، مثل التوكل على الله، وطلب الحاجة منه سبحانه وحده، فقد كان رسول الله ﷺ يتعهد أصحابه منذ صغرهم بالتربية الإيمانية، فيعلمهم أمور العقيدة، فقد روي عن ابن عباس ﷺ أنه قال: كنت خلف النبي ﷺ يوماً فقال: "يا غلام إني أعلمك كلمات، أحفظ الله يحفظك، أحفظ الله تجده تجاهك، وإذا سألت فاسأل الله، وإذا استعنت فاستعن بالله، وأعلم أن الأمة لو اجتمعت على أن ينفعوك بشيء

---

[1] انظر: خطار، **التربية الإيمانية والنفسية للأولاد**، مرجع سابق، ص١٨٨.

[2] المرجع السابق، ص١٨٨.

لم ينفعوك إلا بشيء قد كتبه الله لك، وإن اجتمعت على أن يضروك بشيء لم يضروك إلا بشيء قد كتبه الله عليك، رفعت الأقلام وجفت الصحف"[1].

فالرسول ﷺ في هذا الحديث يوجهنا إلى أهمية غرس حقائق الإيمان في نفوس النشء منذ الصغر، فنثبت في أذهانهم أن حفظ حقوق الله تعالى من عبادات وطاعة يحفظ المسلم من مكاره الدنيا والآخرة، ونعلمه أيضاً حسن التوكل على الله، فلا يطلب حاجته إلا منه سبحانه، فيبيّن له أن لا أحد يستطيع دفع ضرر أو جلب نفع لآخر إلا بإذنه تعالى، ذلك أن من شأن هذه العقيدة أن تجعله شجاعاً لا يخاف أحداً سوى الله تعالى، فكلّ شيء قد كُتب في اللوح المحفوظ، ولا يكتب بعد الفراغ منه شيء آخر، فيسلّم المسلم بقضاء الله وقدره[2].

كما أنه لابد من اقتران أسلوب التعليم بالإقناع وذلك من خلال إرشاد الطفل إلى التأمل والتفكر في خلق نفسه وكلّ ما حوله، فيوجه الوالدين أطفالهم إلى تأمل نعم الله تعالى عليهم وذلك بإثارة بعض الأسئلة المتعلقة بذلك مثل؛ من خلق عينيك؟ من رفع السماء بغير عمد، وهكذا حتى يرسخ عنده الإيمان بالله تعالى بالأدلة والبراهين.

كما أنه لابد من غرس عقيدة الإيمان بالقدر في نفوس النشء منذ نعومة أظفارهم، فيفهموهم أن عمر الإنسان محدود ورزقه مقدر، وإن الإنسان لا يستطيع تغيير قدر الله تعالى.

ولعل الموت من أكثر الظواهر التي تلفت انتباه الطفل، فتقع على الوالدين مسؤولية تفهيم أبنائهم حقيقة الموت، وإن لا يثيروا خوفهم منه، فلا يبدوا جزعهم من الموت أمام أطفالهم كالتلفظ بعبارات تظهر تأسفهم على الميت مثل: "والله ما يستاهل الموت يا حرام" أو التعليق

---

[1] رواه الترمذي في **سننه**، أبواب القيامة، باب رقم٢٢ ، حديث رقم٢٦٣٥ ، ص٧٦ ، قال أبو عيسى هذا حديث حسن صحيح.

[2] انظر: المباركفوري، محمد عبد الرحمن، **تحفة الأحوذي بشرح جامع الترمذي**، دار الفكر، ط٣، ١٣٩٩هـ-١٩٧٩م، ج٧، ص٢٢٠.

على كلام شخص يتحدث عن الموت بقولهم: "بعيد الشر" فمن شأن هذه العبارات أن تغرس في ذهن الطفل بأن الموت عقوبة أو شر، وليس حق ونهاية طبيعية ومنتظرة للجميع[1]. فتبدأ تتسلل إلى نفوسهم بذور الخوف من الموت.

٢. أسلوب التدريب والتعويد

يُعد أسلوب التدريب والتعويد من أهم الأساليب التي يمكن للوالدين التركيز عليها لغرس بذور الإيمان في نفوس الأبناء.

فعلى الوالدين تقع مسؤولية تدريب أبنائهم على أداء العبادات، من صلاة، وصوم وزكاة وحج منذ الصغر، مع مراعاة أسلوب الإقناع والتفهيم، حتى لا يكبر الطفل، وقد نما في ذهنه أن هذه العبادات مجرد طقوس وشعائر يؤديها المسلم، فلابد من الحديث عن روح هذه العبادات، وآثارها النفسية، والسلوكية على الفرد المسلم وعلى مجتمعه.

كما أنه يمكن للوالدين أن يغرسوا في نفوس الأطفال عقيدة الإيمان بالقدر بالإكثار من العبارات التي ترسخ هذه العقيدة عندهم؛ ففي حالة الموت عليهم ترديد عبارات الاسترجاع مثل: إنّا لله وإنّا إليه راجعون" ويعودوا أبنائهم على ترديد مثل هذه العبارات وتكرارها في مثل تلك المواقف.

وكذلك بالنسبة للرزق فعليهم أن يتعمدوا حمد الله تعالى على رزقه، وعظيم عطائه فيعود الطفل على الدعاء بعد الطعام، وعند اللباس وغيره ويعود على حمد الله تعالى، فينغرس في ذهنه أن الله تعالى هو الرزاق الحقيقي[2].

---

[1] انظر: يعقوب، محمد حسين، **غرس العقيدة في الطفل**، على شبكة المعلومات، ص٣ ، بتاريخ ١٣/١١/٢٠٠٥، http: //www.yaqob.com/site/socs/articls.

[2] انظر: يعقوب، **غرس العقيدة في الطفل**، مرجع سابق، ص٣ ، بتاريخ٢٠٠٥/١١/١٣ ، http: //www.yaqob.com/site/socs/articls/.

ولا شك أن لتدريب الأطفال وتعويدهم على الدعاء والالتجاء إلى الله تعالى وغيرها من أمور العقيدة أكبر الأثر في تحصينهم وحمايتهم من كثير من المخاوف التي قد يتعرضون لها، إذا راعى الوالدان في ذلك أسلوب التدرج ومراعاة المرحلة العمرية والفروق الفردية بين الأبناء مع ما يرافق ذلك من عنصري التشويق والإثارة.

إضافة إلى هذه الأساليب في التربية الإيمانية لا ننسى دور القدوة في غرس بذور الإيمان في نفوس الأبناء وتعويدهم على أداء العبادات على أكمل وجه، لذا ينبغي للوالدين أن يكونوا قدوة حسنة لأبنائهم في حسن صلتهم بالله تعالى.

٤. أسلوب الترغيب

من الأساليب الهامة في التربية الإيمانية أسلوب الترغيب، وهو أسلوب تربوي ناجح إن راعى الوالدان الأسس السليمة في تطبيقه.

فينبغي للمربي أن يتذكر دائماً أن الارتكاز على خط الخوف بكثرة الحديث عن النار، وغضب الله تعالى وعذابه قد يرعب الطفل ويأتي بنتائج عكسية، فلابد أن يبدأ بالترغيب حتى يتعلق قلب الطفل بالله تعالى من خط الرجاء أولاً، فهو أحوج إلى الحب في صغره(١).

فيحسن بالوالدين أن يربطوا اسم الله تعالى بمواقف محببة إلى نفس الطفل، من خلال تعريفه بنعم الله تعالى علينا ورحمته الواسعة مع لفت نظره إلى مظاهر قدرة الله تعالى وعظيم فضله.

كما يحسن بالوالدين أن يكثروا الحديث عن الجنة، وما أعده الله تعالى لعباده المؤمنين أمام أطفالهم، وخاصة في المراحل العمرية الأولى، مع ما يتخلل ذلك من ذكر بسيط للنار

---

(١) المرجع السابق، ص ٣.

وعذابها الذي أعده الله تعالى للكافر من ثم يزداد الحديث شيئاً فشيئاً، مراعياً التدرج وفقاً للمرحلة العمرية والقدرات العقلية للأبناء.

ثالثاً: أهمية التربية الإيمانية في توجيه انفعال الخوف

تُعدُّ التربية الإيمانية من أهم أنواع التربية للشخصية المسلمة، وخاصة في جانبها الانفعالي، ويمكن أن نجمل أهمية التربية الإيمانية في توجيه انفعال الخوف عند المسلم بالنقاط الآتية:

١. تزود التربية الإيمانية المسلم بجانب معرفي لكثير من الموضوعات التي قد تثير لديه انفعال الخوف كحقيقة الموت وحقيقة الرزق وغيرها من الموضوعات.
٢. تشكل التربية الإيمانية الحواجز والسدود المنيعة بين المسلم وبين تسرب كثير من المخاوف إلى نفسه، فهي بمثابة جهاز المناعة الذي يقيه من كثير من الأمراض والاضطرابات النفسية.
٣. تولد عند المسلم الخشية من الله تعالى، والخوف المرتبط بالرجاء، فتنشأ لديه رقابة داخلية، ومحاسبة للذات قبل أن تُحاسَب[1].
٤. تعطي المسلم الشعور والإحساس الدائم بأنه بمعية الله تعالى وأنه في حماه الآمن.
٥. تمد المسلم بطاقة روحية هائلة كالشجاعة والكرم والقدرة على مواجهة المواقف التي قد تخيفه، حيث يستصغر قوى الأرض مها بلغت[2].
٦. تحرره من المخاوف التي قد تفرضها عليه ظروف الحياة المتغيرة وضغوطاتها الكثيرة، فتجعله يتمتع بالطمأنينة والاستقرار والأمن النفسي.

---

[1] انظر: السمالوطي، نبيل، **التنظيم المدرسي والتحديث التربوي**، جدة، دار الشروق،١٩٨٦ م، ص ٢٠١.

[2] انظر: الجقندي، عبد السلام عبد الله، **التربية المتكاملة للطفل المسلم في البيت والمدرسة**، دمشق، دار قتيبة،٢٠٠٣ م، ص ١٦٣.

من خلال ما سبق تبين لنا أهمية غرس قيم الإيمان في نفوس الأبناء منذ الصغر، لتعويدهم العبادات من صلاة وصيام وزكاة لما لهذه التربية من أثر كبير في شخصيته، وقد أكد الغزالي على أهمية الدور الذي تمثله الأسرة في تربية أبنائها تربية إيمانية بقوله: "ينبغي أن لا يسامح في ترك الطهارة والصلاة، ويؤمر بالصوم في بعض أيام رمضان"[1].

كما ذكر أن الأسرة هي المسؤولة عن تبيين حقيقة الدنيا والموت بقوله: "فيذكر له أن الدنيا كلها لا أصل لها إذ لا بقاء لها، وإن الموت يقطع نعيمها، وأنها دار ممر لا دار مقر، وإن الآخرة هي مقر لا دار ممر، وأن الموت منتظر في كلّ ساعة وإن الكيّس العاقل من تزود من الدنيا للآخرة، حتى تعظم درجته عند الله تعالى ويتسع نعيمه في الجنان، فإذا كان النشوء صالحاً كان هذا الكلام عند البلوغ واقعاً مؤثراً ناجعاً يثبت في قلبه كما يثبت النقش في الحجر"[2].

كما تبين لنا في هذا المطلب أهم الأساليب التي يمكن للوالدين استخدامها لغرس بذور الإيمان في نفوس الأبناء منذ الصغر تمثلت بأسلوب التعليم المباشر والإقناع، وأسلوب التعويد والتدريب، وكذلك أسلوب الترغيب، في ظل القدوة الصالحة التي يمثلها الوالدين للأبناء.

وأخيراً بينت الباحثة أهمية التربية الإيمانية في توجيه انفعال الخوف بما تشكله من سدود منيعة، وحواجز قوية تحول بين المسلم وبين تسرب القلق والخوف إلى نفسه، بما تولده في نفسه من طمأنينة وأمن واستقرار.

---

(1) الغزالي، **إحياء علوم الدين**، مرجع سابق، ج٣، ص ٧٤.

(2) المرجع السابق، ج٣، ص ٧٤.

المطلب الثاني: إشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية

بعد أن بينت الباحثة دور التربية الإيمانية في توجيه وتربية انفعال الخوف عند أفراد الأسرة، تتعرض الباحثة فيما يلي لمتطلب آخر من متطلبات تربية الخوف وتوجيهه، والمتمثل بإشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية للنشء.

أولاً: إشباع الحاجات الفسيولوجية

تعرّف الحاجات الفسيولوجية بأنها:"تلك الاستعدادات التي يولد الفرد مزوداً بها وتعمل على الاحتفاظ بالكيان العضوي للشخص كالحاجة إلى الطعام والشراب"[(١)].

فحاجة الفرد إلى الطعام والشراب هي من أقوى الحاجات، وإذا لم تشبع هذه الحاجات فإنها تخلق للفرد توتراً وقلقاً قد يدفعانه إلى إشباع هذه الحاجات بأية وسيلة كانت.

لذا فقد رسم الإسلام المنهج العملي في إشباع الحاجات الفسيولوجية بشكل يسهم نوعاً ما في توفير الأمن النفسي للطفل تمثل بـــ:

١. أوجب الإسلام النفقة على الأهل والولد لقوله تعالى: ﴿ وَعَلَى ٱلْمَوْلُودِ لَهُۥ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِٱلْمَعْرُوفِ ﴾[(٢)].

---

(١) فهمي، مصطفى، الدوافع النفسية، القاهرة، مكتبة مصر، د.ت، ص ٥٠.

(٢) سورة البقرة: آية ٢٣٣.

وقد حث الرسول ﷺ على الإنفاق على الأولاد، وبين أنها من أفضل القربات بقوله ﷺ: "دينار أنفقته في سبيل الله، ودينار أنفقته في رقبة، ودينار تصدقت به على مسكين، ودينار أنفقته على أهلك أعظمها أجراً الذي أنفقته على أهلك"[١].

٢. أوجب على الأسرة تعويد الطفل القواعد والعادات الصحية في المأكل المشرب، فالإسلام الذي يوجب على الوالدين إشباع الحاجات الفسيولوجية لأبنائهما يحذر في الوقت نفسه من الإفراط في إشباع هذه الحاجات لقوله تعالى: ﴿ وَكُلُواْ وَٱشْرَبُواْ وَلَا تُسْرِفُوٓاْ ۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلْمُسْرِفِينَ﴾[٢]، فلابد للوالدين من تعويد أبنائهما الاعتدال وعدم الإسراف منذ الصغر في إشباع حاجاتهم الأولية.

فيعوّد الطفل على إشباع حاجاته الفسيولوجية وفقاً لنظام معين والحفاظ عليه من أي خلل، لأنه إذا اختل هذا النظام أدى إلى الاضطراب وإثارة الخوف والقلق عند الطفل.

ثانياً: إشباع الحاجات النفسية

تعرف الحاجات النفسية بأنها: "تلك الحاجات التي تسهم في النمو المستمر للشخص بالنسبة لتحقيق الذات، وأنها تنمي فرديته إلى أقصى ما يمكن"[٣].

وللتربية داخل الأسرة أعمق الأثر في تكوين شخصية الطفل، وخاصة في سنوات عمره الأولى، فهي مرحلة حاسمة في حياة الطفل، حيث أن كلّ ما تغرسه الأسرة في نفس الطفل من عواطف وانفعالات يبقى أثره طويلاً فيسهم في تشكيل شخصيته.

---

[١] رواه مسلم في صحيحه، كتاب الزكاة، باب فضل النفقة على العيال والمملوك، باب رقم ١٢/١٣ حديث رقم ٢٢٧٤، ص ٤٤٥.

[٢] سورة الأعراف: آية ٣١.

[٣] سيد خير الله، **سكولوجية التعليم بين النظرية والتطبيق**، العربية،١٩٨٣م، ص ١٨٧.

لذلك فإن الصحة النفسية للطفل لا تتحقق إلا في ظل الأسرة، فهي النافذة التي يطل منها على عالمه الخارجي، فعليها تقع مسؤولية إشباع حاجات الطفل النفسية والتي من أهمها:

أ. الحاجة إلى الأمن

من أهم الحاجات المتعلقة بالجانب الانفعالي عند الطفل هي حاجته إلى الأمن، حيث تتمثل هذه الحاجة لدى الإنسان في حاجته إلى حماية نفسه ووقايتها من العوامل التي يرى أنها تشكل خطراً عليه[1].

وتُعد الأم، المصدر الأهم بالنسبة للطفل لإحساسه بالأمن والأمان، لذا نجد الطفل عندما يشعر بما يهدده أو يخيفه، كالأصوات المرتفعة، فانه يلوذ بأمه ويحتمي بها.

ومما يُشعر الطفل بالأمن ويُبعد عنه الخوف العلاقة المستقرة بين الأب والأم، فالعلاقة الحميمة بين الزوجين تشعر أبنائهما بمزيد من الأمن والطمأنينة، إذ من شأن الخلافات الزوجية التي ترتفع فيها الأصوات والتي قد تتعدى إلى الضرب والشتم أن تشحن الجو الأسري بالاضطرابات والتوتر، وهذا من شانه أن يؤثر على نفسية الأطفال حيث يؤدي إلى تزعزع ثقة الطفل بنفسه وبمن حوله[2]، لذا يتحتم على الوالدين التزام أدب الخلاف دون تهديداً أو صراخ.

ب. الحاجة إلى الحب والحنان

يرتبط بالحاجة إلى الأمن الحاجة إلى الحب والحنان، ذلك أن الحب يشكل إلى جانب القبول والاستقرار أهم العناصر الأساسية للأمن.

---

[1] سيد خير الله، **سكولوجية التعليم بين النظرية والتطبيق**، العربية،١٩٨٣م، ص ١٨٢.

[2] انظر: القوصي، **أسس الصحة النفسية**، مرجع سابق، ص ٣٢٣.

فالطفل بحاجة ماسة لإحساسه بحب من يحيطون به، وخاصة أمه، ولعل تقبل الأسرة لطفلها هو أكبر دليل على حبها له، فإذا شعر الطفل بتقبل عائلته له لابد وأن يشعر بالحب والحنان وبالتالي إحساسه بالأمن[1].

لذا حث الإسلام على كلّ ما من شأنه أن يشعر الطفل بالحب والحنان لما له من أثر كبير في تحقيق الأمن والطمأنينة للطفل، فأشار الرسول ﷺ إلى الأثر النفسي للقبلة فقد روي أنه ﷺ قبل الحسن بن علي وعنده الأقرع بن حابس التميمي جالس، فقال الأقرع: إن لي عشرة من الولد ما قبلت منهم أحداً، فنظر رسول الله ﷺ ثم قال: "من لا يرحم لا يُرحم"[2]، وفي رواية قال للأعرابي: "أو أملك أن نزع الله من قلبك الرحمة"[3]، فهذه التوجيهات النبوية تشير إلى أهمية مداعبة الصغير وتقبيله لما في ذلك من إشعاره بالحب والحنان.

ج. الحاجة إلى تقدير الذات واحترامها

يستطيع الوالدان إشباع هذه الحاجة عند الطفل بحسن تقبلهما له، وذلك بإشعاره بمكانته في المنزل، وإشعاره بالتضحيات التي يقدمانها له في سبيل إسعاده[4].

وقد أشار الإسلام إلى أهمية الاسم الحسن في إشعار الطفل بقيمته وتقدير الوالدان لذاته، حيث نهى رسول الله ﷺ عن الأسماء القبيحة فقال ﷺ: "لا تُسم غلامك رباحاً ولا يساراً

---

[1] انظر: فهمي، مصطفى، **الصحة النفسية**، دراسات في سيكولوجية التكيف، القاهرة، مكتبة الخانجي، ط٣، ١٩٩٥م، ص ٨١.

[2] رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب الأدب، باب رحمة الولد وتقبيله ومعانقته، باب رقم١٨/١٨ ، حديث رقم ٥٩٩٧، ص ٨٣٨.

[3] رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب الأدب، باب رحمة الولد وتقبيله، باب رقم١٨/١٨ ، حديث رقم٥٩٩٨ ، ص٨٣٨.

[4] انظر: فهمي، مصطفى، **الصحة النفسية**، مرجع سابق، ص ٨١.

وأفلح ولا نافعاً"[١]، لما للاسم من أثر على نفسية الطفل، من هنا فقد غير الرسول ﷺ أسماء بعض الذكور والإناث حرصاً على أمنهم النفسي، منها ما روي أن رسول الله ﷺ غير اسم عاصية، وقال: أنت جميلة[٢].

ويمكن للأسرة أن تشبع حاجة الطفل للتقدير واحترام الذات من خلال ما يلي:

١. غرس الثقة في نفس الطفل، وذلك من خلال تكوين صورة إيجابية للطفل عن ذاته، وتقوية تقديره لنفسه بالإيحاء، فيرددوا على مسامعه العبارات التي من شأنها أن تغرس الثقة بنفسه مثل: أنت شجاع، أنت قوي، فمن شأن التأكيدات أن تشجعه على امتثال ما يُقال له. ذلك أن ما يتوقعه الأهل للطفل سيجدونه واقعاً، فمن الأخطاء التربوية ظن الوالدان بطفلهما ظن خاطئ أو سلبي، فإذا أبدى الوالدان خوفهما من فشل طفلهما في التحصيل الدراسي، فسيتم لهما ما توقعاه وسيفشل الطفل[٣].

فلابد للوالدين أن يظنا بأبنائهم ظن إيجابي، ويؤكدا على ذلك فهذا يساعده على بناء صورة إيجابية أثناء حديثه مع نفسه. فالطفل يتحدث مع نفسه آلاف الكلمات في اليوم، وهو عادة يردد ما سمعه من والديه والمحيطين به، لذا فإنه يتحتم على الأسرة أن تبرمج أطفالها على الحديث الإيجابي مع الذات، حيث أكدت كثير من الدراسات ارتباط القلق بالحديث الذاتي السالب لدى الأطفال[٤].

---

[١] رواه مسلم في **صحيحه**، كتاب الآداب، باب كراهة التسمية بالأسماء القبيحة، باب رقم،٢/٢ ، حديث رقم ٥٦٥١، ص ١٠٥.

[٢] رواه مسلم في **صحيحه**، كتاب الآداب، باب استحباب تغير الاسم القبيح إلى الحسن، باب رقم،٣/٣ ، حديث رقم٥٦٥٥ ، ص.١٠٥٦

[٣] انظر: العريفي، ناديا محمد، **الأسرة وبرمجية التفكير الايجابي لدى الطفل**، د.ت، د.ن، ص ١٢٦.

[٤] أبو زيد، مدحت عبد الحميد، **علم نفس الطفل، قلق الأطفال**، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية،٢٠٠٣ م، ج١، ص١٣٣.

حيث يرى عالم النفس باندورا، أن سبب الانحراف السلوكي، قد يكمن في عملية تنظيم الذات، وفاعليتها، حيث تكون هذه الفاعلية منخفضة إلى حد ما فيكون دور المربي هو زيادة فاعلية الذات. فالشخص الذي لديه خوف مرضي من دخول الامتحان تكون لديه فاعلية ذات منخفضة، تجعله يتوقع الفشل وتكون مهمة الوالدين هنا أن يزيدا من هذه الفاعلية عند الابن وجعله يتوقع النجاح وبدل الفشل[1].

ولا يمكن تربية الأطفال على احترامهم لذواتهم ما لم تُغرس الثقة بأنفسهم، ولا يتم ذلك إلا إذا تعامل الوالدان مع أطفالهم بثقة، لذا لابد أن تقوم العلاقة بين الآباء والأبناء على أساس من الحب والمودة والثقة المتبادلة بينهم.

٢. الابتعاد عن كثرة توبيخ الطفل، وتوجيه النقد اللاذع له، وتحقيره وكثرة إلقاء اللوم عليه، لذلك كان رسول الله ﷺ يبتعد عن تعنيف أصحابه، فقد روي عن انس أنه قال: "**خدمت النبي ﷺ عشر سنين، فما قال لي: أف، ولا: لِمَ صنعت؟ ولا: ألا صنعت**"[2].

وهذا توجيه للوالدين ألا يكثروا من تعنيف أبنائهم والتشديد عليهم مما يفقدهم الثقة بالنفس، فلا يجرؤا بعدها على فعل شيء خوفاً من أن يلام ويعنف.

وإشباع حاجة الطفل إلى تقدير الذات مهمة جداً لحمايته من الوقوع فريسة للمخاوف، حيث أكدت كثير من الدراسات على أن القلق يرتبط بانخفاض تقدير الذات[3]، فكلما زاد تقدير الشخص لذاته قلّ عنده القلق، وكلما انخفض عنده تقدير الذات كلما زاد القلق.

---

[1] انظر: كامل، سهير، **تنشئة الطفل وحاجاته**، الإسكندرية، مركز الإسكندرية للكتاب،٢٠٠٢ ، ص٢١٩.

[2] رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب الأدب، باب حسن الخلق والسخاء وما يكره من البخل، باب رقم٠٣٩ ، حديث رقم٦٠٣٨ ، ص١١٦٨.

[3] أبو زيد، مدحت عبد الحميد، علم نفس الطفل، قلق الأطفال، مرجع سابق، ص ١٣٢.

د. الحاجة إلى الحرية والاستقلال

إن التربية الواعية للأسرة هي التي توفر الإشباع السليم لحاجة الفرد إلى الحرية والاستقلال حتى تتكون لديه الشخصية السوية القوية القادرة على مواجهة ظروف الحياة المتغيرة، والقادرة على تحمل مسؤولياتها بإيجابية وفعالية، وليس بسلبية واتكالية(1).

ويمكن للأسرة أن تشبع حاجة الأطفال للحرية والاستقلال منذ صغرهم من خلال:

1. إعطاء الطفل حرية اتخاذ القرار، وتعويده على ذلك منذ الصغر، بإعطائه فرصة لإبداء الرأي، والحوار والنقاش الهادف وسط جو من المودة والألفة. فهذا يجعله قادراً على حل مشاكله دون خوف أو قلق(2).
2. تقدير الآباء لآراء أبنائهم، وعدم تسفيهها، مع التوجيه والتصويب لآرائهم دون تجريح، أو إهانة.
3. تشجيع الطفل على الأقدام وممارسة بعض الأعمال التي من شانها أن تشعره بالاستقلالية، بعيداً عن الأم والأب، مع ضرورة المراقبة عن بعد، كأن تترك الأم لأبنها حرية اختيار ملابسه وارتدائها بنفسه، وعدم اعتماده على الأم في كلّ أموره.

ولا شك أن إشباع حاجة الطفل للحرية والاستقلالية تجعل منه شخصية قوية في المستقبل، قادرة على التكيف مع ظروف الحياة، واثقة بنفسها قادرة على اتخاذ القرارات دون خوف من سوء النتائج، لأنه سيكون على درجة من الشجاعة لتحمل مسؤولية أخطائه، والتعلم منها.

---

(1) انظر: الزنتاني، عبد الحميد، **أسس التربية الإسلامية في السنة النبوية**، ليبيا، تونس، الدار العربية للكتاب، ١٩٨٤م، ص٦١٣.

(2) انظر: خطار، **التربية الإيمانية والنفسية للأولاد**، مرجع سابق، ص٣٤٠ .

ومن خلال العرض السابق لأهم الحاجات النفسية والفسيولوجية التي تقع على عاتق الأسرة مسؤولية إشباعها بالدرجة الأولى، فأننا نلاحظ تشابك هذه الحاجات وارتباطها ببعضها البعض.

فإشباع الحاجات الفسيولوجية لابد وإن يتم في جو من الحب والحنان والاحترام حتى يشعر الطفل بالأمن والاستقرار، كما أن إشباع حاجة الحب والعطف تقود الطفل تلقائياً إلى الإحساس بالأمن والطمأنينة، والشعور بالثقة التي تدفعه لمواجهة المواقف المخيفة التي قد يتعرض لها.

وخلاصة القول أن للمناخ الأسري الصحي أكبر الأثر في إشباع حاجات الأبناء بطريقة سوية معتدلة دون إفراط أو تفريط، مراعية أولويات الحاجات وأهميتها لكل مرحلة نمائية مما يبعد القلق والتوتر النفسي عن شخصية الأبناء.

المطلب الثالث: الثواب والعقاب

تتبنى القيمة التربوية للجزاء بشقيه الثواب والعقاب، على أساس إثابة المحسن على أفعاله الطيبة وسلوكه المحمود، ومعاقبة المسيء على أفعاله السيئة وسلوكه المذموم، مع مراعاة أن يوقع الجزاء بعدل ونزاهة. فمن شأن الثواب تشجيع المحسن على المزيد من الإحسان، وإيقاف المسيء عن الانسياق في الإساءة[1].

ولأسلوب الثواب والعقاب آثار تربوية تظهر في جميع جوانب الشخصية ومنها جانبها الانفعالي، وخاصة انفعال الخوف، وهذه الآثار قد تكون سلبية أو إيجابية حسب الطريقة التي يستخدمها الوالدان في العقاب والثواب، لذا تناولت الباحثة هذين الأسلوبين بمزيد من الإيضاح.

---

[1] انظر: الزنتاني، **أسس التربية الإسلامية في السنة النبوية**، مرجع سابق، ص١٧٥.

أولاً: الثواب

يمكن للوالدين استخدام أسلوب الثواب في تربية انفعال الخوف عند أبنائهما، وذلك من خلال إثابة الطفل على موقف ظهر فيه شجاعاً، إذ من شأن هذه الإثابة أن ترسخ عنده هذه الصفة، فيميل إلى تكرارها في المواقف المشابهة.

كما أن من شان الإثابة أن تشعر الناشئ بالحب والتقدير والقبول الاجتماعي، ويشير الغزالي إلى أهمية إثابة الطفل وضرورته بقوله: "ثم مهما ظهر من الصبي خلق جميل، وفعل محمود، فينبغي أن يكرم عليه، ويجازى بما يفرح به، ويُمدح بين أظهر الناس"(١).

وقد يكون الثواب بالمدح أو الضم والتقبيل، وقد يكون بحسن تقديمه للآخرين مثل: هذا ابني الشجاع، هذا ابني القوي، فالصورة التي يُقدّم بها الطفل للآخرين هي في غاية الأهمية، ذلك أن الطفل يبدأ يصف نفسه كما يسمع من والديه، فيبدأ يبحث عن أدلة تدعم هذه الصفات، فيحاول أن يستحضر كلّ ما من شأنه أن يثبت هذه الفكرة، واستبعاد كلّ ما من شأنه أن ينقضها.

فإذا تعمقت هذه الصفة لديه، تصبح حديثاً مع النفس، وعندما يصبح حديثه مع ذاته إيجابياً، سيعتقد بما يقوله ثم يتحول هذا الاعتقاد إلى سلوك.

والمربي الناجح هو الذي يعرف فن المكافأة على السلوكيات الإيجابية. وحتى يكون أسلوب الثواب سواءً كان مادياً أم معنوياً فعالاً، ويثمر ثماره التربوية اليانعة لابد من مراعاة النقاط الآتية:

---

(١) الغزالي، إحياء علوم الدين، مرجع سابق، ج٣، ص٧٣.

١. عدم الإسراف في استعمال عبارات المدح والثناء والاستحسان، وأن لا يستخدمها إلا في وقتها المناسب، حتى لا تفقد قيمتها التربوية أو تقود إلى الغرور والمباهاة الكاذبة بين الناشئين[1].

٢. مراعاة أن لا يكون الثواب نوعاً من الرشوة المعنوية والمادية حتى لا تدفع الطفل إلى السلوك النفعي، الذي يجعله لا يقوم بالعمل لذاته، ولكن للفائدة التي يجنيها من وراء العمل، فإذا تحول الثواب إلى هذا النوع فإنه يفقد قيمته التربوية، وربما يأتي بنتائج عكسية غير مرغوبة[2]

والمتأمل لأحاديث، المصطفى ﷺ يلمح اهتمامه بأسلوب الثواب، فكان يمتدح الصحابة ويثني على حسن صنيعهم؛ تشجيعاً لهم وتحفيزاً على مزيد من الإحسان، ومن أمثلة ذلك ما امتدح به سعد بن معاذ تحفيزاً له على صفة الشجاعة ومهارة الرمي، فقد روي عن علي رضي الله عنه قال: ما سمعت رسول الله ﷺ يفدي أحداً غير سعد، سمعته يقول: **"ارم فداك أبي وأمي" أظنه يوم أحد"**[3].

ثانياً: العقاب

يمكن للعقاب أن يكون وسيلة بناء للشخصية أو وسيلة هدم حسب الطريقة التي يتم إيقاع العقاب بها على الطفل.

---

(1) الزيتاني، **أسس التربية الإسلامية في السنة النبوية**، مرجع سابق، ص١٧٨.

(2) المرجع السابق، ص١٧٨.

(3) رواه البخاري في **صحيحه**، كتاب الأدب، باب قول الرجل، فداك، أبي وأمي، باب رقم١٠٣ ، حديث رقم ٦/٨٤، ص١١٩١.

ويعدّ العقاب من أكثر الأساليب تأثيراً على الحالة النفسية للطفل، وخاصة حالته الانفعالية والتي من أهمها انفعال الخوف، وحتى يكون تأثير العقاب إيجابياً في توجيه انفعال الخوف لدى الطفل لابد للوالدين مراعاة ما يلي:

١. عدم الإكثار من توبيخ الطفل وعتابه ولومه على تصرفاته، لأن ذلك يجعله يعتاد العقاب، فلا يؤثر فيه، وقد أشار الغزالي إلى ذلك بقوله: "ولا تكثر القول عليه بالعتاب في كلّ حين، فإنه يهون عليه سماع الملامة، وركوب القبائح، ويسقط وقع الكلام من قلبه"(١).

٢. تجنب أنواع العقاب التي تشعره بالإهانة والذل، وتزعزع ثقته بنفسه كالضرب على الوجه، فقد روي أن رسول الله ﷺقال: "**إذا قاتل أحدكم فليجتنب الوجه**"(٢).

٣. مراعاة أن يكون هناك تناسب بين العقاب والذنب الذي يقترفه الطفل، مع مراعاة أسلوب التدرّج في العقوبة، فلا يلجأ للعقاب إلا بعد فشل أسلوب التوجيه والإرشاد، فالرحمة تسبق الشدة فقد روي أن النبي ﷺ "**أن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه ولا ينزع من شيء إلا شانه**"(٣).

٤. الابتعاد عن التهديد بإيقاع العقاب بأشياء إيجابية كأن يخوف ابنه بقوله: إذا ما جلست آخذك للطبيب أو الشرطي أو أخبر مدرسك، فترتسم في ذهن الطفل صورة مخيفة للطبيب أو الشرطي أو المدرس. أو التخويف بأشياء حسية كالظلام أو الكلب ذلك أن التخويف المستمر بهذه الأشياء يدخل الأطفال في حالة خوف مرضي يصعب علاجها.

---

(١) الغزالي، إحياء **علوم الدين**، مرجع سابق، ج٣، ص٧٣.

(٢) رواة البخاري في **صحيحه**، كتاب العتق، باب إذا ضرب العبد فليجتنب الوجه، باب رقم٢٠ ، حديث رقم ٢٥٥٩، ص٤٨٣.

(٣) رواه مسلم في **صحيحه**، كتب البر والصلة، باب فضل الرفق، باب رقم٢٣/٢٣ ، حديث رقم٦٦٩٤ ، ص١٢٤٩.

٥. تجنب استخدام أسلوب السخرية والاستهزاء من خوف الطفل كنوع من العقاب المعنوي، لذلك يقال بأنه ليس هناك أسوأ من حالة طفل صغير يبكي خوفاً، وكبير يضحك عليه أو يسخر منه.

٦. تجنب استثارة الخوف في نفس الطفل لحفظ النظام، أو لمنعه من القيام بعمل معين، فكثيرا ما يخوف الطفل ليقلع عن اللعب أو الحركة[١]، كمن يدخل ليلعب في مكان ما، فتحاول الأم أن تثني ابنها عن هذا العمل بتخويفه بوجود عفريت أو حيوان مفترس، إذ من شأن ذلك أن يزعزع ثقة الطفل بمن حوله وقد يصاب بمرض الخوف من الظلام، أو الجن.

وخلاصة القول فإن الطفل الذي نشأ في أسرة لا تجيد إلا العقاب، والضرب والسب والشتم، والتوبيخ، ستكون شخصيته مهزوزة تتخوف من كلّ شيء حتى المواقف التي لا تستحق الفزع والخوف، فيبتعد عن الأماكن العامة، وينطوي على نفسه، فلا يواجه أحداً من الناس ولا يقدر على مواجهة الصعاب، ويفضل الانسحاب والانهزام من مواجهة المواقف[٢].

وبإتباع الأسرة للأسس النفسية العقاب تجنب أبنائها الوقوع فريسة للمخاوف الوهمية فتحرص على بيان سبب عقاب الطفل، حتى يقتنع به، ويُبعد عن ذهنه بأن العقاب هو انتقام الوالدين منه، وبسبب كرههم له، فيعرف أنه يعاقب لمصلحته، فيصبح العقاب أداة بناء وتقويم لشخصيته لا أداة هدم وإضرار بنفسيته.

المطلب الرابع: القدوة الصالحة

تعد القدوة خير معلم للنشء الذي يكون في مستهل مرحلة نضجه العقلي والنفسي، إذ أنه يحاول تقليد الكبار وخاصة الوالدين، والأقرباء المحيطين به، لذا لابد للوالدين من أن

---

(١) انظر: القوصي، **أسس الصحة النفسية**، مرجع سابق، ص٣٢٠.

(٢) انظر: الديهي، سعد إبراهيم، **موقف الإسلام من تنشئة الطفل**، بيروت، دار الجيل، ٢٠٠٣م، ص ٢٢٥.

يكونوا القدوة الصالحة لأبنائهم ظاهراً وباطناً، فلا يكذب فعله قوله[1]، وقد أشار القرآن الكريم إلى أهمية القدوة فقال الله تعالى ﴿ لَّقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ ٱللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا ٱللَّهَ وَٱلْيَوْمَ ٱلْآخِرَ وَذَكَرَ ٱللَّهَ كَثِيرًا ﴾[2].

والقدوة ضرورة ملحة لتربية النشء، ذلك أنه لا يمكن للتربية أن تنجح مهما بذلت من جهود جبارة في المجال النظري والمعرفي مع غياب القدوة الحسنة، والنموذج الصالح في الأوساط التربوية.

وفي تربية انفعال الخوف عند النشء يظهر أثر القدوة الصالحة في توجيه، وتربية هذا الانفعال، ويشير الغزالي إلى انتقال الخوف إلى الصبي بطريقة التقليد بضرب المثال التالي[3]: لو أن صبياً كان في بيت، فدخلت عليه أفعى، ربما كان لا يخاف، أو ربما مدَّ اليد ليلعب بها، ولكن إذا كان معه أبوه، وهو عاقل، خاف من الحية وهرب منها، فإذا نظر الصبي إلى أبيه، وهو ترتعد فرائصه، ويحتال في الهرب منها، قام معه وغلب عليه الخوف، ووافقه في الهرب.

فخوف الأب عن معرفة بصفة الحية وسمها، وأما خوف الابن فكان بمجرد التقليد؛ لأنه يحسن الظن بابيه، ويعلم أنه لا يخاف إلا من سبب مخوف في ذاته.

فخوف الوالدين ينتقل إلى الأبناء بطريق التقليد، لذا لابد للكبار أن يخفوا مخاوفهم عن الأطفال، فإذا أرادت الأم لأطفالها إلا يخافوا الدواء فعليها أن لا تظهر علامات التألم، وهي تأخذ الدواء، لأنها أن هي خافت ثم طلبت من ابنها عدم الخوف فلن يستجيب لها، كما أنها يمكن أن تقدم لابنها القدوة من خلال التشجيع الجمعي، فتعطي مثلاً طفلاً شجاعاً دواءً تحت

---

(1) انظر: محفوظ، محمد، **التربية الإسلامية للطفل المراهق**، القاهرة، دار الاعتصام، ١٩٧٦م، ص ٢٠١.

(2) سورة الأحزاب: الآية ٢١.

(3) انظر: الغزالي، **إحياء علوم الدين**، مرجع سابق، ص١٦٧-١٦٨.

تأثير التشجيع، ثم تعطيه لابنها تحت تأثير التشجيع أيضاً، وبالتكرار تخلص الأم ابنها من عقدة الدواء[1].

كما أنه يمكن للوالدين أن يقدموا لأبنائهم القدوة الصالحة من خلال سرد القصص الواقعية والخيالية. حيث تعد القصة من أكثر أساليب التربية فاعلية، بما يشكله عنصر التشويق في القصة من حافز ومنبه قوي يشد الأطفال إلى شخصيات القصة وأبطالها فيتأثرون بسلوكهم وانفعالاتهم، فكثيراً ما يشكل أبطال القصة قدوة ومثلاً أعلى للأطفال[2].

فيمكن للام أن تقدم لأطفالها نماذج في الشجاعة من خلال:

١- الحديث عن أمجاد الإسلام والأبطال من سيرة سلفنا الصالح، فتعلمهم غزوات الرسول ﷺ وتبرز لهم مواقف تدل على شجاعته ﷺ في الغزوات، وكذلك مآثر القادة الأفذاذ، مع ضرب أمثلة لمواقفهم البطولية، فيقتدوا بسير الأولين شجاعة وقوة وإقداماً.

٢- سرد قصص تتحدث عن ذكاء الإنسان وكيفية مواجهته للمواقف المخيفة بدلاً من القصص التي تتحدث عن الغول والعفاريت والجنيات، فتقدم له نماذج قوية لا تعرف الخوف[3].

٣- عرض أفلام عن أطفال شجعان، يتصرفون مع المواقف المخيفة بحكمة وشجاعة وإقدام، وخاصة الأفلام الكرتونية لما لها من تأثير قوي على الأطفال.

ومما يتعلق بموضوع القدوة في تربية انفعال الخوف، لابد من بيان الدور الذي يقع على عاتق الكبار في تحذير الأطفال مما يسبب لهم الأذى كالعبث بالنار، والاقتراب من الحيوانات والحشرات الضارة، خاصة في السنوات الأولى من عمر الطفل فلابد للأم من أن تكون القدوة لابنها في اجتناب مصادر الخطر.

---

(1) انظر: القوصي، **أسس الصحة النفسية**، مرجع سابق، ص ٣٢٧.

(2) انظر: حوامدة، مصطفى محمود، **التنشئة الاجتماعية في الإسلام**، اربد، دار الكندي، ١٩٩٤م، ص٦٨.

(3) انظر: خطار، **التربية الإيمانية والنفسية للأولاد**، مرجع سابق، ص٢٥٨.

فالطفل في المرحلة الأولى من عمره قد يعبث بالأدوات الحادة كالسكين أو العبث بمصادر الكهرباء، وقد يتناول الحشرات الضارة بيده فتؤذيه، وهنا يقع على الأم مسؤولية بيان حقيقة هذه الأشياء بشكل يدفعه إلى الابتعاد عنها، وتوخي الحذر من لمسها والعبث بها، مراعية أن يكون حديثها بأسلوب لا يثير الفزع، أو الخوف في نفس الطفل من رؤية مثل هذه الأمور المخيفة.

كما أنه من خلال أسلوب القدوة يمكن علاج كثير من مخاوف الأطفال ففي حالة خوف الطفل من الظلام، يمكن للام أن تعالج هذا الخوف بجلوسها في غرفة مظلمة، ومحاولة إجلاس ابنها بجوارها وضمه ليشعر بالأمن، ثم تحدثه عن أهمية الظلام، وأنه راحة لأبداننا من تعب النهار، كما يمكنها سرد قصص لأبطال لا يخيفهم شيء لا الظلام ولا غيره.

وفي حالة خوف الطفل من المرض يمكن للام أن تخفف من خوفه بإظهار صبرها عندما تمرض، والإكثار من حمد الله تعالى، وتتعمد الحديث أمام طفلها عن تكفير الذنوب بسبب المرض، مبينة له أن الله تعالى إذا أحب عبداً ابتلاه، ثم تضرب له أمثلة على صبر المؤمنين على المرض كقصة سيدنا أيوب ﷺ، وذكر جزاء صبره بأن شفاه الله تعالى، ومَنَّ عليه بالصحة والعافية.

يتضح من العرض السابق أهمية وخطورة الدور الذي يقع على عاتق الأسرة في حماية أبنائها من القلق والخوف بما تغرسه في أنفسهم من بذور الإيمان والعقيدة السليمة المتعلقة بالوحدانية والمشيئة النافذة لله تعالى، وعقيدة الأجل والرزق التي لا يستطع أحد أن يغيرها، كما تأكد لدينا مسؤولية الأسرة في إشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية واثر ذلك في وقاية الطفل من التوتر والقلق الذي قد ينشأ من إعاقة إشباع هذه الحاجات.

كما أن إشباع هذه الحاجات لا بد وإن يتم في جو من المحبة والألفة والاحترام والثقة المتبادلة بين الآباء والأبناء حتى يولد عند الطفل الشعور بالطمأنينة والأمن والاستقرار النفسي.

كما تبين لنا أهمية الثواب والعقاب ودوره في تحرير الفرد من مخاوفه وكذلك أهمية وجود النموذج الصالح والمثل الأعلى في المحيط الأسري ودوره الفاعل في تربية وتوجيه انفعال الخوف عند النشء، وبغياب هذا النموذج لا تأتي الأساليب التربوية جناها اليانع من تربية نفوس متزنة في مخاوفها.

وخلاصة القول أن الأسرة الواعية التي تنشد الأجر على أداء رسالتها التربوية هي التي توفر لأبنائها الجو الصحي الإيماني والنفسي الذي يكفل للطفل شخصية متزنة قادرة على التكيف مع ظروف الحياة دون خوف أو قلق.

المبحث الثاني

المدرسة

تُعدّ المدرسة المؤسسة الاجتماعية الثانية بعد الأسرة، التي تعنى بالطفل جسمياً ونفسياً، وعقلياً، وانفعالياً، وهي مصدر هام لإشباع كثير من حاجاته العضوية، وغير العضوية[1]. وهي المؤسسة الاجتماعية الرسمية التي تقوم بوظائف التربية، ونقل الثقافة وتوفير الظروف المناسبة للنمو جسمياً وانفعالياً واجتماعياً[2].

ويعدّ الجو المدرسي السليم من أهم الدوافع للتعلم، ذلك أن الطالب الذي يشعر بأن المدرسة بيئة مرغوبة لديه يحظى فيها بتقدير معلميه وزملائه، سيزيد من نشاطه، وتكيفه الاجتماعي.

وقد أظهرت نتائج كثير من الدراسات أن مواجهة الطلبة لمواقف ضاغطة، أو صعوبات مدرسية، يؤدي إلى إعاقة إشباع حاجاتهم النفسية مما يقود إلى تهديد أمنهم النفسي"[3].

---

(1) انظر: محمد عودة وكمال إبراهيم مرسي، **الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام**، الكويت، دار العلم، ط٣، ص٢٦٤.

(2) انظر: الشربيني، زكريا، ويسريه صادق، **تنشئة الطفل وسبل الوالدين في معاملته ومواجهة مشكلاته**، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠، ص ١١٦-١١٧.

(3) انظر: أبو جادو، صالح محمد علي، **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**، عمان، دار المسيرة،٢٠٠٠ م، ص ٢٢٥.

فعلى المدرسة يقع قدر كبير من المسؤولية في توجيه انفعال الخوف وتربيته تربية سليمة، من خلال ما توفره من بيئة تربوية صحية ملائمة لنمو الطفل نمواً سليماً، تتمثل في توفير معلمين مؤهلين، ومعدين إعداداً جيداً للقيام برسالتهم التربوية، والتعليمية على أكمل وجه، وكذلك ما توفره من مناهج، وإدارة مدرسية على قدر من الوعي والإدراك الكامل لأهمية الدور الذي تقوم به، لتحقيق الغايات التربوية المنشودة.

لذا تتناول الباحثة أهم عناصر العملية التربوية بالإيضاح؛ لبيان الدور الذي يمثله كلّ عنصر في توجيه وتربية انفعال الخوف لدى الطالب.

المطلب الأول: المعلم

يعد المعلم عنصراً هاماً من عناصر العملية التربوية، ويتوقف نجاحه في تحقيق الأهداف المرجوة منه على نضجه، واتزانه الانفعالي، وقدرته على قيادة المواقف التعليمية في الغرفة الصفية.

والمعلم الناجح هو القادر على فهم نفسيات طلابه، والإلمام بمشكلاتهم والعمل على علاجها، وتشجيع الطلاب على العادات الصحية، والأنشطة المتعلقة بها[1].

ويمكن للمعلم بشخصيته المتزنة، وتوجيهاته الحكيمة، أن يوفر بيئة صحية ملائمة لتربية انفعال الخوف تربية سليمة لدى الطالب من خلال:

أولاً: غرس العقيدة وقيم الإيمان في نفوس النشء

للعقيدة والقيم الإيمانية أثر كبير في إضفاء الشعور بالأمن والاستقرار النفسي لدى الطفل، لذا يتحتم على المعلم أن يتعرف القيم والاتجاهات لطلبته، ليعزز ويشجع ما كان منها محموداً، ويعدل ما كان منها مذموماً.

---

[1] انظر: محمد، محمد جاسم، **سيكولوجية الإدارة التعليمية**، عمان، دار الثقافة،٢٠٠٤ ، ص٩٣.

فالمعلم يعتبر المربي الفعلي للطلاب، فهو الذي يقضي معهم الساعات الطويلة، ويمثل لهم القدوة والمثل الأعلى، فهم يقلدونه في سلوكه، وأخلاقه وانفعالاته.

فالطفل حينما يأتي إلى المدرسة؛ إما أن يكون لديه خلفية دينية زودته بها أسرته، وهاهنا يقع على المعلم مسؤولية تعزيز وترسيخ هذه القيم الإيمانية في نفسه بحسن توجيهه، وتمثله للقيم الإيمانية. وإما أن يأتي إلى المدرسة ولديه أفكار مغلوطة، وقيم غير سليمة تتعلق بالعقيدة، وهنا تظهر الحاجة إلى المعلم الخبير المتمرس ليمحو كلّ ما ترسب في ذهنه، ونبت في نفسه من أفكار غير صحيحة[1]، وترسيخ القيم الصحيحة مكانها. وإما أن يأتي الطفل إلى المدرسة وليس لديه خلفية واضحة حول أمور العقيدة والإيمان، وهنا تقع على المعلم مسؤولية تفهيم الطالب أمور العقيدة وغرس قيم الإيمان في نفسه بشتى الوسائل والأساليب.

وإن كان الدور الأكبر لغرس قيم الإيمان في نفس الطالب يقع على عاتق مدرس التربية الإسلامية، لما يمثله من قدوة للتلاميذ، إلا أن هذا الدور لا يقتصر عليه فحسب، وإنما هي مسؤولية كلّ معلم غيور مهما كان تخصصه، من خلال تمثله للقيم الإيمانية، ونصحه وإرشاده للتلاميذ مع إتاحة الفرصة للقيام بالأنشطة المختلفة التي تكسبهم قيم الإيمان[2].

ثانياً: توفير بيئة صفية آمنة ومستقرة، قائمة على الاحترام المتبادل وتعزيز احترام الذات لدى الطالب

ويلزم لتوفير البيئة الصفية الآمنة تهيئة المعلم الذي يتمتع بالاتزان الانفعالي والاستقرار النفسي. ذلك أن حالة المعلم المزاجية، واستعداداته الانفعالية تنعكس على الطلاب وتؤثر في حالتهم النفسية ونموهم الانفعالي، لذلك فإنه لا يمكن الارتفاع بالطلاب عن جو القلق

---

[1] انظر: الديهي، **موقف الإسلام من تنشئة الطفل**، مرجع سابق، ص٣٧١.

[2] انظر: راشد، علي، **خصائص المعلم العصري وأدواره**، الإشراف عليه وتدريبه، القاهرة، دار الفكر، ٢٠٠٢م، ص ٩٦-٩٧.

والتوتر، ما لم يوفر لهم المعلم الإحساس بالاحترام والتقدير، والثقة بالنفس داخل الغرفة الصفية.

ويمكن للمعلم توفير هذه البيئة الصحية الآمنة من خلال:

أ. دعم احترام الذات لدى الطالب

ولعل أكثر ما يشعر الطالب بالتقدير والاحترام العلاقات الإنسانية التي تقوم بين المعلم وطلابه على أساس من الحب والاحترام المتبادل.

وقد أشار ابن جماعة إلى أسس هذه العلاقة بقوله: "وينبغي أن يتودد لحاضرهم، ويذكر غائبهم بخير وحسن ثناء، وينبغي أن يستعلم أسماءهم وأنسابهم، ومواطنهم، وأحوالهم، ويكثر الدعاء لهم بالصلاح"[1].

فالمعلم في كثير من الأحيان قد يقوم بدور الأب البديل، ذلك أن بعض الأطفال قد يأتون من أسر مضطربة، حُرموا فيها الحب والحنان والتقدير، وعندما يأتون للمدرسة يبحثون عن علاقات عاطفية تعوضهم ما فقدوه، فتكون الفرصة مواتية للمعلم لأن يحتضن مثل هؤلاء الأطفال القلقين المضطربين، ويقدم لهم ما يحتاجونه من حب وعطف وأمان[2].

ولاشك أن التعامل القائم على الحب بين المعلم وطلابه له أكبر الأثر في توطيد العلاقة بينهما، مما يدفع الطالب إلى حب معلمه وتوقيره، فيسود بينهم جو من الأمن والاستقرار، ويشعر الطالب بأهميته، ويتعزز لديه تقدير الذات.

---

(1) ابن جماعة، بدر الدين بن إبراهيم، **تذكرة السامع والمتكلم في أدب العالم والمتعلم**، بيروت، دار الكتب العلمية، د .ت. ص٦٠.

(2) انظر: فهمي، مصطفى، **الصحة النفسية**، مرجع سابق، ص٣٣٢.

ولكن ينبغي الانتباه إلى عدم الإفراط في هذه العلاقة، والالتزام بحدودها المعقولة، التي تحفظ للمعلم هيبته، وتأثيره في نفوس طلابه، وقدرته على حفظ النظام داخل الغرفة الصفية.

كما أن احترام المعلم لطلابه، وتقديره لهم يظهر من خلال احترامه لآرائهم وتشجيعهم على الإدلاء بها دون خوف من الخطأ، والثناء على جرأة الطالب في إبداء الرأي مهما كان متواضعاً.

وتعليم الطلاب احترام آراء بعضهم بعضاً مسؤولية يضطلع بها المعلم، فكثير من الطلاب قد يثورون على زملائهم في أثناء إبداء الرأي، أو الإجابة على سؤال ووصفه بالخطأ، ففي هذه الحالة على المعلم أن يبدي غضبه من هذا السلوك، ويوجه طلابه ويغرس في نفوسهم احترام الرأي الآخر مهما بدا ضعيفاً، لأن من شأن تسفيه آراء الطلاب والهجوم عليها، أن تضعف ثقة الطالب بنفسه، فيميل إلى الانطواء، والانسحاب، وعدم المشاركة في أي نقاش خوفاً من الوقوع في الخطأ، والتعرض لنقد وتهكم الآخرين.

ب. منح الطلاب نوعاً من الحرية التي تشعرهم بتقبل معلميهم

ينبغي للمعلم عدم المغالاة في فرض القيود التي تَحُدُّ من حرية التلميذ فلا يحاسبه على كلّ حركة، وكل تصرف، مما يضيق عليه، ويسبب له النفور والخوف من المدرسة.

والمعلم الناجح هو الذي يمنح طلابه حرية التعبير عن انفعالاتهم والتنفيس عن مخاوفهم، وذلك بإتاحة المجالات التي تساعدهم على ذلك كالتمثيل والرسم والإلقاء[1].

وطفل المرحلة الابتدائية يحتاج إلى البيئة الآمنة المستقرة التي يسودها الحب والتقدير أكثر من غيره، ذلك أن أغلب مخاوف الأطفال من المدرسة تنشأ من تضييق المعلم للخناق

---

[1] انظر: محمد، محمد جاسم، **سيكولوجية الإدارة التعليمية**، مرجع سابق، ص٨٥.

على طلابه، وقسوته وجفاءه، وتحقيره للطلاب، لذا يقع على عاتق المعلم في المرحلة الابتدائية بذل المزيد من الجهد لتلافي مثل هذه المخاوف التي قد تنشأ عند الطفل.

فطفل المرحلة الابتدائية وخاصة في سنواته الأولى، يشعر بالخوف نتيجة انتقاله من البيت إلى بيئة جديدة لم يألفها من قبل، يلتقي فيها أشخاص غرباء، إضافة إلى التغيرات التي تحدث في نظامه اليومي من الاستيقاظ مبكراً والابتعاد عن الأم. ويأتي هنا دور المعلم في تبديد هذه المخاوف، وذلك بحسن تعامله وتقبله لمشاعر الطفل من خلال تشجيعه وإعطائه حرية التعبير عن خوفه، وبث الثقة في نفسه، والابتعاد عن السخرية من مخاوفه[1].

كما يمكن للمعلم في هذه الحالة إعطاء الطالب حرية اللعب، وهذا يتطلب تجهيز الغرفة الصفية بالألعاب الجذابة، لما للعب من أثر في تخفيف توتر الطفل وتخليصه من خوفه، إذا رافق ذلك تعزيز سلوك الطفل على تأقلمه مع زملائه ومشاركته لهم في اللعب[2].

وقد تستمر حالة الخوف من المدرسة عند بعض الأطفال، وتتطور حتى تصبح حالة من الخوف المرضي وهو ما يسمى في علم النفس فوبيا المدرسة School Phobia، وهي من أكثر المخاوف المرضية شيوعاً عند تلاميذ المدارس الابتدائية، حيث أشارت الدراسات إلى أن حوالي ٢% من الأطفال في سن ٦–١٠ سنوات، يعانون من هذه المشكلة، وهي عند الإناث أعلى منها عند الذكور[3]، كما أشارت بعض الدراسات إلى أن نسبة الأطفال الذين يعانون من

---

(1) انظر: **الخوف من المدرسة**، على شبكة المعلومات www.bareedmm.com/elika-main بتاريخ ١٢-٦-٢٠٠٥، ص ٢.

(2) المرجع السابق، ص٢.

(3) انظر: محمد، محمد عودة، وكمال إبراهيم مرسي، **الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام**، مرجع سابق، ص٢٧٨.

الخوف المرضي من المدرسة تتراوح بين ٦-٨ أطفال من إجمالي عدد المراجعين للعيادات أو المراكز العلاجية يومياً[١].

ففي حالة الخوف المرضي من المدرسة يمكن للمعلم عمل دراسة لحالة الطفل للبحث عن الأسباب الكامنة وراء هذا الخوف، وذلك بالتعاون مع الأهل، والأخصائية النفسية بالمدرسة، ثم اتخاذ الإجراءات اللازمة والمناسبة لعلاج تلك الحالات.

ثالثاً: مساعدة الطلاب في تحقيق النجاح

إن نجاح الطالب فيما يكلفه به المعلم من واجبات ومهام يدعم ثقته بنفسه، ويرغبه بمادته وفي المدرسة، وبالتالي يخفف من حدة توتره وقلقه.

والطالب الذي يجد صعوبة في ما يلقى عليه من واجبات، لابدّ وأنه سيشعر بالفشل، وبالتالي تتزعزع ثقته بنفسه، مما يولد عنده الشعور بالخوف من الفشل، وعدم القدرة على تحقيق النجاح.

ويمكن للمعلم أن يأخذ بأيدي طلابه إلى تحقيق النجاح من خلال الإفادة من التطبيقات التربوية الآتية:

١. مراعاة استعدادات الطالب وقدرته الاستيعابية: وهو مبدأ تربوي إسلامي مستنبط من قوله تبارك وتعالى: ﴿ لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا ٱكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَآ إِن نَّسِينَآ أَوْ أَخْطَأْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَآ إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُۥ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِۦ ﴾[٢].

---

[١] انظر: الخوف من المدرسة، على شبكة المعلومات، مرجع سابق، ص١.

[٢] سورة البقرة: آية ٢٨٦.

والمعلم الحريص على مساعدة طلابه، لتحقيق النجاح هو الذي ينوع في أساليبه، وأنشطته، والواجبات التي يكلف بها طلابه، فكل طالب قادر على التعلم ضمن إمكاناته وقدراته إذا جدّ المعلم في إيجاد المدخل المناسب لتحقيق ذلك"[1].

٢. أن يكون اتجاهه نحو التلاميذ إيجابياً، فقد أثبتت البحوث التجريبية أن نظرة المعلم لتلاميذه ذات أثر كبير على تحصيلهم، وتقبلهم، فإذا كان المعلم ينظر إلى تلاميذه على أنهم أذكياء وقادرون على التعلّم وجادون، فسيؤثر هذا إيجابياً عليهم، أما إذا كان ينظر إليهم على أنهم كسالى ولا يفهمون شيئاً فسيكونون كذلك[2].

٣. الابتعاد عن إحاطة الاختبارات بجو من التوتر والقلق؛ وذلك بتجنب كثرة التهديدات بصعوبة الاختبار، مما يدخل الطالب في دوامة من القلق والخوف من الفشل.

٤. تسهيل العملية التعليمية وتيسير حصولها، ولا يتسنى للمعلم تبسيط المعلومات، ونقلها إلى عقول التلاميذ مالم يجيد المادة التي يضطلع بتدريسها، وربطها بمواقف من واقع التلاميذ، وبيئتهم المحيطة بهم، إضافة إلى إلمامه بأهم طرق وأساليب التدريس، وقدرته على ترجمتها عملياً، بما يناسب الفروق الفردية بين طلابه[3]. فالطالب الذي يشعر ببساطة المادة العلمية، وقدرة المعلم على إيصال المعلومات إلى عقله بكل سهولة ويسر تزداد ثقته بمعلمه وبنفسه، وبالتالي يكون في مأمن من التوتر والقلق، والخوف من الاختبارات أو الفشل.

---

(١) انظر: شوق، محمود أحمد، **الاتجاهات الحديثة في تخطيط المناهج الدراسية في ضوء التوجيهات الإسلامية**، القاهرة، دار الفكر، ٢٠٠١ ، ص١٩٧.

(٢) عبد الرزاق، صلاح عبد السميع، **الأدوار الحديثة للمعلم في ظل المنهج الحديث على شبكة المعلومات**، بتاريخ ٢١/١٠/٢٠٠٤، http: //www.almualem.net/maga/adwear ٣٠.html.

(٣) انظر: السمالوطي، نبيل، **التنظيم المدرسي والتحديث التربوي**، جدة، دار الشروق، ط٢، ١٩٨٦ ، ص.٧٤

٤. كما أن متابعة المعلم للواجبات اليومية تعود الطالب على عدم تأجيل واجباته المدرسية، أو الإهمال بها مما يجعله متمكناً من المادة العلمية.

٥. الابتعاد عن استخدام العقوبات العنيفة، والتدرج في إيقاعها، وحتى يكون العقاب باعثاً للتعلم، ووسيلة من وسائل الضبط الاجتماعي.

وعليه فلابد أن يكون العقاب خفيفاً، لا يسبب الأذى والألم للطالب، أو يلحق به الإهانة فيؤدي إلى نتائج عكسية(١).

وقد حذّر المفكرون المسلمون من العقاب العنيف، لما له من تأثير سلبي على شخصية الطالب، وإثارة مخاوفه، حيث تؤدي المهانة إلى الخجل فيمتنع عن الحوار والسؤال، فيضيع عليه كثير من العلم، مما يفقده الفرصة في تحقيق النجاح، لذلك نجدهم يكثرون من دعوتهم إلى التلطف، والتحلي بالحلم في معالجة أخطاء التلميذ، ومن ذلك قول ابن جماعة: "والصبر على جفاء ربما وقع منه نقص لا يكاد يخلو الإنسان عنه وسوء أدب في بعض الأحيان، ويبسط عذره بحسب الإمكان، ويوقفه مع ذلك على ما صدر منه بنصح وتلطف، لا بتعنيف وتعسف، قاصداً بذلك حسن تربيته"(٢).

كما رسم المفكرون المسلمون للمعلم خطوات متدرجة؛ لمعالجة أخطاء الطلاب وإساءتهم بطريقة تجعلهم يكفون عن الاستجابات السيئة بما يحفظ لهم كرامتهم، فينصحون المعلم: "أن يراقب أحوال الطلبة في آدابهم وهديهم وأخلاقهم، فمن صدر منه من ذلك مالا يليق من ارتكاب محرّم أو مكروه أو ما يؤدي إلى إفساد حال. عرض الشيخ بالنهي عن ذلك بحضور من صدر منه، غير معرّض به، ولا معين له، فإن لم ينته نهاه عن ذلك سراً، ويكتفي

---

(١) انظر: مراد، يحيى حسن علي، **آداب العالم والمتعلم عند المفكرين المسلمين**، بيروت، دار الكتب العلمية، ٢٠٠٣، ص٢٩٥.

(٢) ابن جماعة، **تذكرة السامع والمتكلم**، مرجع سابق، ص ٤٩-٥٠.

بالإشارة مع من يكتفي بها، فإن لم ينته نهاه عن ذلك جهراً، أو يغلظ القول عليه إن اقتضاه الحال لينزجر هو وغيره، ويتأدب به كلّ سامع"[١].

فلابد للمعلم من التدرج في إنزال العقوبة، بما يحقق الهدف منها، إضافة إلى بيان الدافع للعقاب، وأنه لإصلاح شأن التلميذ، وليس الانتقام أو السخط عليه، ذلك أن آثار العقاب تعتمد جزئياً على شعور المعاقب عند إنزال العقوبة به[٢]. فإذا شعر الطالب بالأهانة فإن ذلك سيدفعه إلى كراهية معلمه، وقد يولد عنده الخوف، مما يسهم في إخفاقه وفشله.

ويمكن تلخيص دور المعلم في تربية انفعال الخوف عند الطالب في غرس القيم الإيمانية الموجهة لانفعال الخوف، وإيجاد البيئة الصفية الآمنة والمستقرة القائمة على الاحترام المتبادل، ودعم تقدير الذات لدى الطالب، ومنحه نوعاً من الحرية التي تشعره بتقبل معلميه له، إضافة إلى مساعدة طلابه والأخذ بأيديهم لتحقيق النجاح وتجاوز إخفاقاتهم، من خلال معرفة نقاط القوة لتعزيزها، ومعرفة جوانب الضعف لعلاجها، وذلك من خلال مراعاته للفروق الفردية بينهم في القدرات والاستعدادات.

المطلب الثاني: المنهاج

يعرّف المنهاج بأنه: "مخطط تربوي يتضمن عناصر مكونه من أهداف ومحتوى، وخبرات تعليمية، وتدريس وتقويم، منبثقة من أسس فلسفية واجتماعية ونفسية ومعرفية، مرتبطة بالمتعلم، ومجتمعه، ومطبقة في مواقف تعلمية تعليمية، داخل المدرسة وخارجها، تحت

(١) المرجع السابق، ص ٦٠-٦١.

(٢) انظر: زيعور، شفيق محمد، **الفكر التربوي عند العلموي**، بيروت، دار اقرأ، ١٩٨٦، ص ١١٥.

إشراف منها، بقصد إيصال المتعلم إلى النمو المتكامل لشخصيته بجوانبها العقلية والجسمية والانفعالية وتقويم مدى تحقق ذلك كله لدى المتعلم"[1].

كما يعرف المنهاج من وجهة نظر إسلامية بأنه: "الحقائق الخالدة المستمدة من الكتاب والسنة النبوية الشريفة، والخبرة البشرية المكتسبة، التي تنظمها المدرسة، وتشرف عليها، بقصد إيصال كلّ متعلم إلى كماله الإنساني، من خلال إقراره بالعبودية لله تعالى، وفق أساليب تعلمية تعليمية، وأساليب تقويم ملائمة"[2].

والمنهاج الدراسي بناء مركب من مجموعة من العناصر هي مكونات المنهاج، وهي: الأهداف، والمحتوى، والطرق والوسائل والأنشطة والتقويم.

وللمنهاج من خلال عناصره دور مهم في تربية انفعال الخوف يسهل دور المعلم، وفيما يلي توضيح لدور أهم عناصر المنهاج.

أولاً: الأهداف

تعد الأهداف بمثابة موجهات للعملية التربوية، وهي أهم عناصر المنهاج ومكوناته، وعليه تعتمد بقية العناصر الأخرى وترتبط به ارتباطاً وثيقاً"[3].

ويعرف الهدف بأنه وصف للسلوك المتوقع حدوثه في شخصية المتعلم بعد مروره بخبرة تعليمية وتفاعله مع المواقف التدريسية[4].

---

[1] سعادة، جودت، وعبد الله محمد إبراهيم، **المنهج المدرسي الفعال**، عمان، دار عمان، ١٩٩١ ، ص٦٣.

[2] عبد الله، عبد الرحمن صالح، **المنهاج الدراسي رؤية إسلامية**، عمان، دار الياقوت، ٢٠٠٠ ، ص٣١.

[3] انظر: سعادة، **المنهج المدرسي الفعال**، مرجع سابق، ص٣٠٧.

[4] انظر: موسى، فؤاد محمد، **علم مناهج التربية في المنظور الإسلامي**، مصر، دار الإسراء، ٢٠٠٤ ، ص ٢٥٢.

وحتى تؤدي الأهداف دورها في تربية انفعال الخوف، لابدّ أن تتوافر فيها الشروط الآتية:

١. أن يكون المصدر الأول الاشتقاق الأهداف التربوية هو القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة، وتصورهما للإنسان والكون والحياة[١].

٢. مراعاة نمو المتعلم وحاجاته واهتماماته، وقدراته، وانفعالاته في اشتقاق الأهداف وصياغتها، وهذا يتطلب مراعاة مبادئ النمو وأسسه، وبما أن النمو عملية فردية، فإنه يتطلب من مخططي المناهج والمعلمين التنويع في الأهداف الموضوعة لتتناسب مع بين التلاميذ من فروق في القدرات، والاستعدادات العقلية والانفعالية[٢].

٣. مراعاة المشكلات، والاضطرابات الانفعالية، كاضطراب انفعال الخوف الذي يتعرض له الطفل في مراحل نموه، المختلفة، بوضع أهداف تتناول هذه المشكلات، وأخرى تركز على طرق علاجها والتخفيف من حدتها من وجهة نظر إسلامية.

٤. أن تتصف الأهداف بالشمول والتوازن.

وحتى تسهم الأهداف في تربية شخصية سوية متكاملة لابد أن تركز على جميع جوانب شخصية الطالب بشكل شامل ومتوازن، فلا تعتني بالجانب المعرفي على حساب الجانب الانفعالي أو السلوكي.

وفي مجال تربية انفعال الخوف ينبغي عدم التركيز على تنمية الخوف من الله تعالى دون أن ينمي عند الطالب الرجاء في رحمة الله تعالى، وأن لا تجعل اهتمامها في غرس

---

(١) انظر: الساموك، سعدون محمد وهدى علي الشعري، **مناهج التربية الإسلامية وأساليب تطويرها**، عمان، دار المناهج،٢٠٠٣ ، ص٦٥.

(٢) انظر: سعادة، **المنهج المدرسي الفعال**، مرجع سابق، ص ٣١٠-٣١١.

الشجاعة في نفس الطالب، وعدم الخوف دون أن تنمي عنده بالمقابل الحرص وأخذ الحيطة والحذر من كلّ ما من شأنه أن يسبب الضرر للإنسان.

ثانياً: المحتوى

يُعرف المحتوى بأنه: "الحقائق والملاحظات والبيانات والمشاعر والتعميمات، والحلول التي يتم استخلاصها، مما فهمه عقل الإنسان وبناه، وأعاد تنظيمه لنتاجات الخبرة الحياتية، وعمل على تحويلها إلى خطط وأفكار ومعارف ومفاهيم وحقائق وتعميمات"[1].

والمحتوى الذي يتوقع منه تربية انفعال الخوف لدى الطلبة هو المحتوى الذي يتمتع بالمواصفات الآتية:

١. الصدق، ويعني أن يكون المحتوى وثيق الصلة بالأهداف الموضوعة له، وإن يعكس الحقائق والقوانين الأساسية في كلّ فرع من فروع المعرفة التي يضعها، وإن يسهم في تحقيق الأهداف التربوية[2].

ويكون المحتوى صادقاً في مجال تربية انفعال الخوف عندما يعكس أهم نتائج الدراسات، وما توصلت له التجارب في هذا المجال، بشكل لا يتعارض مع مبادئ وأصول العقيدة الإسلامية.

٢. أن يكون مناسباً لميول المتعلمين، ومراعياً لحاجاتهم، وقدراتهم[3]، وهذا يتطلب مراعاة المرحلة العمرية، ذلك أن المحتوى الذي يراعي حاجات المتعلمين، وميولهم، يساعد في تحقيق الاستقرار الانفعالي لديهم.

---

[1] سعادة، **المنهج المدرسي الفعال**، مرجع سابق، ص٣٦٠-٣٦١.

[2] انظر: عبد الله، عبد الرحمن صالح، **المنهاج الدراسي أسسه وصلته بالنظرية التربوية الإسلامية**، الرياض، مركز الملك فيصل للبحوث والدراسات الإسلامية،١٩٨٥ م، ص ٩٣-٩٥.

[3] الساموك، **مناهج التربية الإسلامية وأساليب تطويرها**، مرجع سابق، ص ٦٧.

ويمكن لمحتوى منهج التربية الإسلامية مراعاة المرحلة العمرية في تربية انفعال الخوف لدى الطالب، من خلال اختيار المادة العلمية الملائمة في هذا المجال لكل مرحلة دراسية، ففي مجال تربية الخوف من الله تعالى عند الطالب، يحسن اختيار الآيات الكريمة والأحاديث الشريفة التي تحتوي على وصف للجنة ونعيمها، وآثار نعم الله تعالى علينا في المرحلة الأساسية، ومع ارتقاء الطالب إلى المراحل العليا، تُختار إلى جانب هذه النصوص، آيات كريمة وأحاديث شريفة تصف النار والعذاب إضافة إلى النصوص التي تجمع بين الخوف والرجاء.

٣. الاهتمام بالموضوعات ذات العلاقة بانفعال الخوف.

يمكن لمحتوى منهاج التربية الإسلامية أن يعرض لانفعال الخوف في جانبه النظري، من بيان طبيعته، والعوامل المؤثرة فيه، والمبادئ التي يمكن الإفادة منها في تربيته، وذلك بتضمين المنهاج نصوص من القرآن الكريم، والسنة النبوية الشريفة، وكتب التراث الإسلامي، تناولت موضوع الخوف.

إضافة إلى عرض نماذج لمواقف تصور انفعال الخوف من القرآن الكريم والسنة النبوية الشريفة وتحليلها، ونماذج من سلفنا الصالح لعرض بطولاتهم وشجاعتهم، وأثر التربية الإيمانية في تخليصهم من مخاوفهم.

٤. التركيز على تكوين جانب معرفي واضح عن حقيقة الموت والرزق والتوكل، وتكوين اتجاهات إيجابية نحو الأمور التي يخافها الإنسان كالفقر والمرض والموت.

ثالثاً: طرق التدريس

تعرف طريقة التدريس بأنها: "الإجراءات التي يتبعها المعلم لمساعدة تلاميذه على تحقيق الأهداف، أو هي الأداة أو الوسيلة أو الكيفية التي يستخدمها المعلم في توصيل محتوى المنهج للدارسين في أثناء قيامه بالعملية التعليمية"(١).

والمعلم الناجح هو الذي ينوع في طرق التدريس، بما يناسب خصائص المتعلم العقلية، واستعداداته للتعلم، لما في ذلك من إثارة الدافعية للتعلم لدى تلاميذه بمختلف مستوياتهم مما يسهم في تبديد قلقهم وخوفهم من الفشل وفيما يلي عرض لأهم طرق التدريس ودورها في تربية انفعال الخوف عند الطالب.

أولاً: أسلوب القصة

تعد القصة من الطرق الفعالة في التعليم، لما لها من آثار نفسية وتربوية عند المتعلم، فهي توقظ الانتباه، وبذا تستثير دافعية المتعلم للتعلم، وخاصة في المرحلة الابتدائية، فالطفل لا يمل سماع القصص، بما فيها القصص الخيالية، وعندما يستمع لها لا يقف سلبياً من شخوصها وأحداثها، بل يتفاعل معها، ويمثل أبطال القصة قدوة له، حيث يحاول أن يتقمص بعض شخصياتها(٢).

ونظراً لما للقصة من تأثير على النفوس، فإنه يحسن بالمعلم، وخاصة معلم التربية الإسلامية أن يكثر من استخدام القصة لتربية انفعال الخوف عند الطالب، ولاسيما قصص قادة الغزوات والفتوحات الإسلامية، مع إبراز جانب الشجاعة والبطولة في شخصياتهم، إضافة إلى

---

(١) جامل، عبد الرحمن عبد السلام، **طرق التدريس العامة**، عمان، دار المناهج،١٩٩٨ م، ص١٥.

(٢) انظر: التل، شادية، **علم النفس التربوي في الإسلام**، عمان، دار النفائس،٢٠٠٥ م، ص٢٩٤.

القصص التي توضح التجاء المسلم إلى الله تعالى بالدعاء والذكر والصلاة عند تعرضه لمواقف الخطر، ومثيرات الخوف، وأثر ذلك في إمداده بالطاقة المعنوية وتخليصه من خوفه.

ثانياً:أسلوب حل المشكلات

تعرف طريقة حل المشكلات بأنها: "تنظيم العمل المدرسي بشكل يمكن تقديم مشكلة أمام عقل المتعلم تتحداه، وتدفعه إلى بذل مجهود يوصله إلى الحل في المستوى العقلي[١]".

يهدف أسلوب حل المشكلات إلى إفساح المجال الطلبة للتفكير بحرية ويعطيهم في الوقت نفسه زمام المبادرة؛ لاتخاذ القرارات المتعلقة بالمشكلة، حيث يؤدي امتلاك الطالب لهذه المهارة في المدرسة إلى التمكن من اتخاذ القرارات في حياته العملية[٢].

والمعلم الناجح هو الذي يصمم المشكلة بطرق مختلفة، لتراعي الفروق الفردية بين الطلبة[٣]، إضافة إلى تطبيقه لأسلوب حل المشكلات، ضمن مجموعات مما يسهم في إكساب الطلاب لمهارات العمل بروح الفريق، ومهارات التعاون وقبول آراء الآخرين، أو الاستماع إليها[٤]، كما أن أسلوب التعليم التعاوني أثر إيجابي في تبديد توتر وقلق بعض الطلاب ولاسيما الضعاف علمياً، والذين قد يظهر عليهم الخوف من النقاش أو الحوار.

رابعاً: التقويم

يعرف التقويم بأنه: "العملية التي تستهدف الوقوف على مدى تحقيق الأهداف التربوية، ومدى فاعلية البرنامج التربوي بأكمله، من تخطيط وتنفيذ وأساليب ووسائل تعليمية"[٥].

---

[١] مسلم، إبراهيم أحمد، **الجديد في أساليب التدريس**، عمان، دار البشير،١٩٩٤ م، ص١٣٠.

[٢] عبد الرحيم، عبد المجيد، **مبادئ التربية وطرق التدريس**، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية،١٩٧٨ م، ص١٦٦.

[٣] المرجع السابق، ص١٤.

[٤] المرجع السابق، ص١٦.

[٥] عثمان، محمد، **أساليب التقويم التربوي**، عمان، دار أسامة،٢٠٠٥ م، ص٧.

وإذا كان من وظائف التقويم الحكم على قيمة الأهداف التعليمية التي تتبناها المدرسة، والتأكد من مراعاتها لخصائص، وطبيعة الفرد المتعلم، وطبيعة المادة الدراسية، والتأكد من وضوح الأهداف ودقتها، وترتيبها حسب الأولوية[١]، فإنها تحكم على مدى مراعاة الأهداف التعليمية وطرق التدريس لتربية انفعال الخوف، وعلى مدى مراعاة المحتوى لتحقيق الأهداف المرجوة منه، وحتى يحقق التقويم هدفه في تربية انفعال الخوف، فلابد أن يراعي الأسس الآتية:

١. أن يكون التقويم صادقاً، حيث يوصف التقويم بالصدق، عندما تتصل أحكامه بالأهداف[٢]، فعندما نريد تقويم هدف تربية انفعال الخوف من الله تعالى عند الطالب، فلابد أن تتوجه عملية التقويم إلى التأكد من مدى التغير الإيجابي في الخوف من الله تعالى عند الطلبة، من حيث توجيهه وضبطه، وليس نحو مدى معرفة الطلاب لتوجيه انفعال الخوف وضبطه.

ولعل من أكثر ما يؤخذ على عملية التقويم هو تركيزها على الجانب المعرفي أكثر من التركيز على جانب الممارسة في تربية الانفعالات، وهذا يعود إلى التركيز على المشاعر والانفعالات كعملية معرفية لا على ممارستها كعملية نفسية، ولا شك أن ذلك ينعكس سلباً على الطلبة، حيث يرى فروم (Fromm) أن أكثر الأفراد اغتراباً عن أنفسهم هم أولئك الذين تعلموا التفكير في المشاعر، ولم يتعلموا ممارسة عملية الشعور ذاتها[٣].

---

(١) المرجع السابق، ص١١.

(٢) عبد الرحمن صالح، **المنهاج الدراسي أسسه وصلته بالنظرية التربوية الإسلامية**، مرجع سابق، ص ١٠٦.

(٣) انظر: نشواتي، عبد المجيد، **علم النفس التربوي**، عمان، دار الفرقان، ط٤، ٢٠٠٣م، ص ١٨٨.

٢. التنويع في أدوات التقويم، فكلما تنوعت أدوات التقويم للطالب كلما ازداد فهم المعلم له، وقدرته على مساعدته، وخاصة في الجانب الانفعالي[١].

٣. الاستمرار في عملية التقويم، فينبغي أن يرافق التقويم العملية التعليمية، تخطيطاً وتنفيذاً، ومتابعة[٢]. حيث يزود التقويم المعلم بتغذية راجعة مستمرة عن مدى تعلم الطلاب ومدى تحقق الأهداف السلوكية، مما يساعد على كشف نقاط الضعف وعلاجها أولاً بأول، مما يسهم في تحقيق النجاح، وغرس الثقة بنفس الطالب.

٤. كما يساعد التقويم المعلم على توجيه نفسه لممارسة النشاط بطريقة إيجابية، وذلك بعد اكتشاف جوانب الضعف وتجاوزها بالبدائل القوية والايجابية[٣].

المطلب الثالث: الإدارة المدرسية

تعرف الإدارة المدرسية بأنها: "الجهود المنسقة التي يقوم بها فريق من العاملين في المدرسة: إداريين، وفنيين، بغية تحقيق الأهداف التربوية داخل المدرسة، وخارجها تحقيقاً يتمشى مع ما تهدف إليه الدولة من تربية أبنائها تربية صحيحة، وعلى أسس سليمة"[٤].

ونظراً لأهمية الدور الذي تقوم به الإدارة المدرسية في توجيه العملية التربوية، فإنه بإمكانها أن تسهم بقدر كبير في توجيه وتربية انفعال الخوف عند الطلاب، ويتوقف هذا الدور على مدى توفر الكفاءات والمؤهلات القيادية لمدير المدرسة، وعلى طبيعة المناخ السائد في المدرسة، ومدى إسهام المدير في تطوير المنهاج الدراسي.

---

[١] عثمان، محمد، **أساليب التقويم التربوي**، مرجع سابق، ص١٣.

[٢] المرجع السابق، ص ٧.

[٣] المرجع السابق، ص ١١.

[٤] عرفات،عبد العزيز، **إستراتيجية الإدارة في التعليم**، القاهرة، د.ن،١٩٧٨ م، ص٣٩٢.

وحتى يكون دور مدير المدرسة فاعلاً في تربية انفعال الخوف لدى الطلاب، فلابد أن يتحلى بالهدوء والاتزان الانفعالي وأن يكون على دراية كافية بالاتجاهات الحديثة في التربية، وطرق التدريس، وكذلك المستجدات المستمرة في هذا الميدان، مما يمكنه من حل المشكلات الانفعالية للطلاب وفق أسس نفسية سليمة[1].

ومما يساعد مدير المدرسة في الإسهام بشكل فاعل في تربية انفعال الخوف اتصافه بالسهولة في التكيف مع الظروف الطارئة، لما تحتاج له هذه الأمور من يقظة ورأي سديد، وجرأة في اتخاذ القرارات المناسبة، فالجبن والتردد في اتخاذ القرار، يقوض الثقة بهذه الإدارة، وبالتالي تفشل في تحقيق غاياتها التربوية المنشودة[2].

وفيما يلي أبرز مهمات الإدارة المدرسية في تربية انفعال الخوف.

أولاً: توفير المناخ التعليمي الآمن القائم على الاحترام، والداعم للثقة في نفوس الطلاب

يمثل المناخ العام في المدرسة العامل الرئيس في التأثير على جوانب العمل التربوية سلباً أو إيجاباً[3].

وحتى تتمكن الإدارة المدرسية من توفير المناخ المستقر والآمن، والذي يسهم بتربية انفعال الخوف تربية سليمة، يتطلب منها الاهتمام بما يلي:

١. أن تكون الإدارة بعيدة عن الاستبداد والتسلط حريصة على الشورى، مدركة للصالح العام عن طريق عمل جاد مشبع بالتعاون[4].

---

(1) انظر: كاربنتر، جون، **مدير المدرسة ودوره في تطوير التعليم**، ترجمة عبد الله أحمد شحاتة، القاهرة، ايتراك، ٢٠٠١ م، ص٢٥.

(2) انظر: العبد اللطيف، عبد الحليم بن إبراهيم، **مدير المدرسة، صفاته وسماته**، السعودية، دار الكتاب السعودي، د.ت، ص١٧-١٨.

(3) انظر: كارنتر، **مدير المدرسة**، مرجع سابق، ص٦٠.

(4) عرفات، عبد العزيز، **إستراتيجية الإدارة في التعليم**، مرجع سابق، ص٢٩٧.

فكما أن هناك علاقة بين نمط الإدارة السائد في المدرسة، وبين تقدم وتطور عملية التعليم[1]، فإنه يرتبط بهذا النمط أيضاً تحقيق النجاح أو عدمه في تربية انفعال الخوف لدى الطلاب.

ولعل من أهم سمات الإدارة الناجحة الإيمان العميق بقيمة كلّ فرد يعمل بها إضافة إلى إشباعها للحاجات النفسية لدى العاملين، فأساس العمل تقدير العاملين ومراعاة الظروف الخاصة بهم، إضافة إلى العلاقات الإنسانية الطيبة، مع سيادة روح التعاون والتآزر، وحسن علاقة المدير بالمدرسين، والطلاب، وإقامة هذه العلاقة على الاحترام والتقدير، لأن عدم احترام المدير للمعلم، وأهانته أمام طلابه، سيؤدي إلى عدم احترام الطالب لمعلمه، وفقدانه للثقة به، مما يؤدي إلى فقد الطالب للثقة بنفسه أيضاً، وقد يولد عنده بعض المخاوف الاجتماعية.

ووجود هذه العلاقة الطيبة بين الإدارة والعاملين، يجعل منها نموذجاً صالحاً في العلاقات الإنسانية، فيقلده بذلك الطلاب في علاقتهم ببعضهم البعض، فيسود بينهم جو من الرضا والارتياح النفسي، مما يغرس في نفوس الطلاب الثقة، والبعد عن القلق والتوتر.

٢. القدرة على ضبط النظام، لأن فشل الإدارة في ضبط النظام في المدرسة سيشجع على العنف، لأن فقدان الإدارة للقدرة على عقاب المسيء وإيقافه عند حده سيعمل على نشر العدوان، مما يولد جو من القلق والخوف عند بعض الطلبة، وقد يؤدي غياب السلطة المنظمة إلى هروب وتسرب الطلاب من المدرسة.

٣. توفير نظام فعال يراعي مراحل نمو الطلاب، ويمدهم بكل ما يحتاجونه من إرشاد ورعاية في كلّ مرحلة، وهذا يتطلب دراية المدير وتفهمه لحاجاتهم والعمل على تلبيتها[2].

---

[1] كاربنتر، مدير المدرسة، مرجع سابق، ص٦١.

[2] المرجع السابق، ص٦٢.

٤. ومما يساعد المدير على فهم احتياجات الطلاب، توثيق العلاقات بين المدرسة وأولياء الأمور، لما لهذه العلاقة الوطيدة من دور كبير في حل كثير من مشكلات أبنائهم، ففي اجتماعات الآباء مع المعلمين، يحدث تبادل في حل المشكلات، وتوحيد الأساليب التربوية بما يوفر للطالب شخصية متزنة، ويتحقق ذلك بإنشاء ما يسمى بمجالس الآباء والمعلمين[1].

٥. إعطاء الأخصائي الاجتماعي فرصاً كثيرة للتعرف على مشكلات الطلاب من حيث إمكانية الاجتماع بهم، وتخصيص حصص أسبوعية إرشادية وعلاجية، عدم الاقتصار على الجلوس بالمكتب منتظراً حدوث مشكلة ليقوم بحلها، فالأخصائي النفسي الناجح هو الذي يتلافى حدوث المشكلات النفسية، بحسن إرشاده، وإلمامه بمنهج الإسلام في حل المشكلات وخاصة ما تتعلق بانفعال الخوف، إضافة إلى معرفته بالأساليب التربوية الحديثة في تربية هذا الانفعال.

٦. متابعة سير العملية التعليمية داخل المدرسة عن طريق الزيارات الصفية وملاحظة سلوك المعلم مع طلابه لتوجيهه الوجهة السليمة، وكذلك ملاحظة سلوك الطلاب؛ لتعزيز الإيجابي، وعلاج السلبي منها.

ثانياً: إسهام الإدارة في تطوير المنهاج

إن القيادة الواعية لمدير المدرسة هي أساس البرامج الفعالة لتطوير المنهاج، وإذا لم يستطع المدير القيام بدور إيجابي في التخطيط لبرامج التطوير، والإشراف على تنفيذها، فإن المدرسة ستظل أسيرة المناهج التقليدية مما يحرم الطلاب الإفادة من كلّ ما هو جديد، وسيؤدي

---

[1] انظر: عرفات، عبد العزيز، **إستراتيجية الإدارة في التعليم**، مرجع سابق، ص٣٤٥-٣٤٤.

بدوره إلى إشاعة نوع من التخبط في أداء المدرسين داخل غرف الدراسة مما يثير جو من التوتر والقلق، وفقدان الثقة بالمدرسة، وبالعملية التعليمية بأكملها[1].

ويمكن تلخيص دور مدير المدرسة في تطوير المناهج بما يلي:

١. اتخاذ جميع الإجراءات اللازمة لتشجيع المعلمين على اكتساب المعرفة المتعلقة بتطوير المناهج، وذلك ببعث الحافز لديهم لأن يدركوا أنه يقع عليهم القدر الأكبر من مسؤولية تطوير المناهج، حيث أنهم هم من يقومون بتدريسها، والأعلم بما تحتاجه من تطوير يسهم في تربية انفعال الخوف لدى الطالب[2].

٢. أن يكون على وعي تام بفلسفة التطوير، وأنها ليست إجراء شكلي يقوم على حذف، أو زيادة، أو تغيير في بعض أجزاء المنهاج، وإن جوهر التطوير هو ربط المنهاج بواقع الحياة، وحاجات الطلاب النفسية، ومشكلاتهم الانفعالية في مراحل حياتهم[3].

وخلاصة القول فإن المدرسة القادرة على الإسهام بشكل إيجابي في تربية انفعال الخوف تربية متزنة، هي المدرسة التي يقوم على إدارتها من يتمتع بالمؤهلات والكفاءات القيادية والصفات الإنسانية، ومعلمين قادرين على توفير مناخ تعليمي آمن يقوم على العلاقات الإنسانية، والاحترام المتبادل بين العاملين في المدرسة والذي يعمل على إيجاد قنوات اتصال دائمة بين المدرسة والطلاب، وأولياء أمورهم.

إضافة إلى ما يتمتع به المدير من وعي كامل بأهمية الدور الذي يقع عليه في تطوير المنهاج الدراسي، بما يتناسب مع اهتمامات الطلاب، وحاجاتهم النفسية، ليسهم بشكل فاعل في علاج المشكلات التي تواجههم، في جميع النواحي العلمية والأخلاقية والانفعالية.

---

(١) كاربنتر، **مدير المدرسة**، مرجع سابق، ص٤٧.

(٢) انظر: كاربنتر، **مدير المدرسة**، مرجع سابق، ص ٥٠.

(٣) المرجع السابق، ص ٥٠.

فارغة من المصدر

خلاصة الفصل الرابع

من خلال ماتم عرضه في هذا الفصل، فقد تبين لنا أهمية الدور المنوط بوسائط التربية ممثلة بالأسرة والمدرسة، في تربية انفعال الخوف عند النشء، حيث أوضحت الباحثة من خلاله، أهم الأمور التي ينبغي للأسرة والمدرسة أن تركزا عليها إن أرادتا أن تقوما بمهامهما التربوية في مجال انفعال الخوف، على أكمل وجه.

وقد تمثل دور الأسرة بمسؤولية غرس بذور الإيمان في نفوس الأبناء بشكل يسهم في توجيه وضبط انفعال الخوف لديهم، وجهة سوية متزنة، إضافة إلى مهمتها في إشباع حاجات الطفل الفسيولوجية والنفسية، ودورها في مراعاة الأسس النفسية في تطبيقها لأسلوبي الثواب والعقاب، وكل ذلك في إطار القدوة الصالحة للأبناء.

كما تمثل دور المدرسة في توفير المعلم الكفء والمتزن انفعاليا، الحريص على صحة طلابه النفسية، والجسمية معا، الذي يسعى للأخذ بأيدي طلابه نحو النجاح، والأفضل دائما، كما يتمثل بتوفير المدير الناجح، الذي يعمل على إيجاد المناخ التعليمي الآمن والمستقر، القائم على الاحترام المتبادل، والعلاقات الإنسانية بين العاملين في المدرسة، إضافة إلى دوره في إثراء المنهاج وتطويره ليسهم بشكل فاعل في تربية انفعال الخوف لدى الطلبة.

نتائج الدراسة

يمكن أن نجمل أهم الاستنتاجات التي توصلت إليها الباحثة من خلال هذه الدراسة بما يلي:

١. يعرف الخوف بأنه حالة انفعالية غريزية في الإنسان، تثيره مواقف معينة يسلك فيها الفرد سلوكا يقيه الخطر، ويرافقها تغيرات فسيولوجية.

٢. للخوف أعراض وعلامات يعرف بها الشخص الخائف تشمل التغيرات في أوضاع الجسم، وحركاته، ونظراته، وتعبيرات وجهه، ولونه، وارتعاش أطرافه، وكذلك التغيرات الفسيولوجية الداخلية، كالتغيرات في كيمياء الدم، ونبض القلب، وضغط الدم والتنفس، إضافة إلى التغيرات السلوكية التي قد تتمثل بالهروب والإحجام، أو بالشجاعة والإقدام.

٣. تتنوع المخاوف البشرية فتشمل المخاوف العامة التي يشترك بها غالب الناس، ومن أهمها الخوف من الموت، والخوف من القبر، ومن الفقر، والحيوانات المؤذية، وكذلك الخوف من أصحاب السلطة، والخوف من الأعداء. كم تشمل المخاوف الخاصة بالمؤمن، المتمثلة بالخوف من الله تعالى ومن عذابه، في الدنيا والآخرة.

٤. للخوف درجات تتراوح مابين الطبيعية العادية وبين المرضية، ومن أكثر المخاوف المرضية شيوعا، الخوف من الموت، والخوف من المرض، والخوف من الفقر.

٥. للخوف من الله تعالى علامات تظهر على سلوك المسلم، تمثلت بالبكاء عند ذكر الله تعالى، سريان القشعريرة في الجلد عند سماع القرآن الكريم، والإكثار من الأعمال الصالحة كالصلاة والقيام والدعاء، كذلك الخوف من عدم القبول وقبول الموعظة ورقة القلب والانتفاع بالأحداث الماضية.

٦. يؤدي الخوف وظيفة حيوية في حياة الإنسان، تجلت في كونه عامل قوي في تنبيه الفرد إلى أخذ الحيطة والحذر من كلّ ما من شأنه أن يهدده في وجوده، وما يسهم به من تعلم أنماط سلوكية مرغوبة، وكذلك مساهمته في تيسير عملية التعلم. إضافة إلى الأهمية الكبرى للخوف من الله تعالى من كونه سبب لكل خير في الدنيا والآخرة، حيث يدفع صاحبه إلى العمل بما يرضي الله تعالى، ويشكل حاجز له عن حرمات الله تعالى، وبالتالي فهو سبب سعادة المسلم في الدارين الدنيا والآخرة.

٧. مراعاة الإسلام لانفعال الخوف، حتى ظهرت آثاره في كثير من الأحكام الفقهية، كالصلاة والصيام والحج والنكاح، والبيع، والجهاد.

٨. يتأثر الخوف بعوامل عدة، من أهمها العوامل الفطرية، والوراثية، والبيئية، ويعد من أهمها أساليب التنشئة غير السوية في تربية الطفل، والجو العام الذي يسود أوساط التنشئة الاجتماعية، وما تفرزه من مشاعر السلبية والدونية التي تفقد الطفل ثقته بنفسه، وبمن حوله، مما يولد عنده الخوف من الإقدام على أي عمل، واتخاذ أي قرار. وكذلك الاضطراب السياسي الداخلي، والخارجي، مما تشكل في مجملها مناخا غير مستقر وامن، وفشلها في تهيئة الظروف اللازمة لتربية انفعالات الطفل تربية سليمة.

٩. تشكل الخبرات الانفعالية المؤلمة التي يتعرض لها الإنسان في مراحل حياته، ولا سيما مرحلة الطفولة عاملا قويا في إصابة الفرد بمخاوف مرضية شديدة، قد يصعب علاجها.

١٠. يرتكز الإسلام في منهجه لتربية انفعال الخوف، على مبادئ عدة، من أهمها غرس العقيدة الصحيحة وقيم الإيمان الحق في نفس المسلم، لما لها من آثار ايجابية في تحرير الإنسان من المخاوف الزائفة على أجله ورزقه، ومصالحه. وتقوية ارتباطه بالله تعالى، بتوجيه

الخوف عند المؤمن إلى الله تعالى. إضافة إلى ما تبثه في نفس المؤمن من ثقة، وطمأنينة على حياته ورزقه ومستقبله.

١١. تتمثل أهم الواجبات الملقاة على عاتق الأسرة في مجال تربية انفعال الخوف عند النشء، بغرس بذور الإيمان والقيم المعنوية العليا في نفوس الأبناء منذ الصغر، ليشب الطفل على حب الله ورسوله، والخشية منه- سبحانه وتعالى -ودوام التوكل عليه وحسن الظن به سبحانه وتعالى. وكذلك قيامها بإشباع الحاجات الفسيولوجية والنفسية للطفل مراعية في ذلك الأولويات، والمرحلة العمرية، والفروق الفردية بين الأبناء. إضافة إلى توخي الأسس النفسية في تطبيقها لأسلوبي الثواب والعقاب في أثناء تنشئتهم. مع مراعاة توفير القدوة والنموذج الصالح، ليقتدي به الطفل، ويقلده، في سلوكه، وانفعالاته.

١٢. للمدرسة دور هام في تربية انفعال الخوف عند النشء، بما توفره من هيئة تدريسية ناجحة، قادرة على غرس قيم الإيمان في نفوس الطلبة، وتلبية احتياجاتهم النفسية، من الحب والتقدير لذواتهم، من خلال توفير البيئة الصفية الآمنة والمستقرة، والتي تشجع التعليم وتأخذ بأيديهم لتحقيق النجاح. إضافة إلى الاهتمام بمشكلاتهم الانفعالية، والعمل الجاد لإيجاد الحلول المناسبة لها، وتتوقف فاعلية دور المعلم في ذلك على طبيعة المناهج المقررة، بما تتضمنه من أهداف، وأساليب، وأنشطة، وتقويم. إضافة إلى نمط الإدارة المطبق في المدرسة، وقدرة الإدارة على تحقيق الأهداف التربوية المنشودة، من الوصول بشخصية الطالب إلى نوع من الاستقرار، والاتزان.

التوصيات

تختم الباحثة دراستها بالتوصيات الآتية:

١. الاهتمام بالتأصيل الإسلامي للانفعالات الإنسانية، وذلك من خلال تشجيع الدراسات التي تهتم بهذا الجانب، وجعله في أولويات البحث العلمي ويدخل ضمن هذا الإطار:

❖ إجراء دراسات أخرى تتناول أثر العقيدة، وقيم الإيمان في تربية انفعال الخوف عند النشء.

❖ إجراء دراسات ميدانية لمعرفة المخاوف الشائعة في المراحل العمرية المختلفة مع التركيز على مرحلة الطفولة، لكونها مرحلة حاسمة في تشكيل شخصية الطفل.

٢. تفعيل دور الأسرة في تربية انفعال الخوف من خلال:

❖ العمل على نشر التوعية بين الأسر، بخطورة أسلوبي القسوة والتدليل الزائد، وأثرهما في توليد اضطرابات في انفعال الخوف عند الأطفال، وذلك بإقامة المحاضرات والندوات ذات العلاقة.

❖ إصدار النشرات التثقيفية في مجال الانفعالات النفسية.

٣. تفعيل دور المدرسة في تربية انفعال الخوف من خلال:

❖ تطوير المناهج وتضمينها أهدافا وأنشطة، ووسائل تتعلق بالانفعالات عامة وانفعال الخوف خاصة.

❖ الاهتمام ببرامج تدريب المعلمين على أسس التعامل السليم مع عناصر العملية التعليمية، وعدم الاقتصار على التركيز على الجانب الأكاديمي في تدريب المعلمين قبل الخدمة وفي أثنائها.

- تفعيل دور المرشد النفسي في المدرسة في علاج المشكلات الانفعالية للطلبة، من خلال إعطائه صلاحيات أوسع للاجتماع بالطلبة، وأولياء أمورهم، وإقامة قنوات الاتصال بين المدرسة والمجتمع المحلي، بإنشاء مايسمى بمجالس الآباء والمعلمين في المدرسة.
- نشر الوعي بين الطلاب حول المشاكل الانفعالية وأساليب علاجها، وذلك بإصدار المجلات الدورية التي تهتم بالصحة النفسية للطالب، وتفعيل دور الإذاعة المدرسية في هذا الجانب.
- الارتقاء بالكفايات العلمية والمهنية للقائمين على الإدارة المدرسية، وذلك بتطوير برامج الإعداد والتدريب قبل الخدمة وفي أثنائها.

وكما بدأت دراستي بحمد الله تعالى، فإني اختمها بالتوجه إليه بالدعاء أن يقبل مني هذا الجهد المتواضع، ويعفو عن زلاتي وتقصيري، فكل عمل بشري، لابد أن يعتوره النقص دائما، مهما حاول صاحبه الإجادة، فإلى الله نشكو ضعفنا وتقصيرنا.

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين،،،

فهرست الآيات

التسلسل	السورة	الآيـــــة	رقم الآية	رقم الصفحة
٢٧.		يَقُولُونَ لَوْ كَانَ لَنَا مِنَ الْأَمْرِ شَيْءٌ	١٥٤	١١٠
٢٨.		يَاأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ	١٥٦	١١١
٢٩.		وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ	١٦٩-١٧٠	١١٢
٣٠.		وَلَئِنْ قُتِلْتُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ	١٥٧	١٣٩
٣١.		فَلَا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ	١٧٥	١٢٠
٣٢.		إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ	١٩٠	١٢٣
٣٣.		ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ قَالُوا لَنْ تَمَسَّنَا النَّارُ إِلَّا أَيَّامًا مَعْدُودَاتٍ	٢٤	١٢٦
٣٤.		وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ الْعَزِيزِ الْحَكِيمِ	١٢٦	٤٣
٣٥.		إِنَّمَا ذَلِكُمُ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ	١٧٥	٤٥
٣٦.		زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ	١٤	٧٨
٣٧.		أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ	١٤٢	١٢٧
٣٨.		بَلَى إِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا وَيَأْتُوكُمْ مِنْ فَوْرِهِمْ	١٢٥	١٣٤
٣٩.		إِنَّمَا ذَلِكُمُ الشَّيْطَانُ يُخَوِّفُ أَوْلِيَاءَهُ فَلَا تَخَافُوهُمْ	١٧٥	٤٥
٤٠.		ولكل امة أجل	١٤٥	١١٠
٤١.		وَإِذَا ضَرَبْتُمْ فِي الْأَرْضِ فَلَيْسَ عَلَيْكُمْ جُنَاحٌ	١٠١-١٠٢	٨٥
٤٢.		لَا يَسْتَوِي الْقَاعِدُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ	٩٥	٩٠
٤٣.		أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكُّمُ الْمَوْتُ	٧٨	١٠٩
٤٤.		وَاللَّهُ أَشَدُّ بَأْسًا وَأَشَدُّ تَنْكِيلًا	٨٤	١٢١
٤٥.		لَيْسَ بِأَمَانِيِّكُمْ وَلَا أَمَانِيِّ أَهْلِ الْكِتَابِ	٢٣-٢٤	١٢٦
٤٦.	النساء	وَإِذَا جَاءَهُمْ أَمْرٌ مِنَ الْأَمْنِ أَوِ الْخَوْفِ	٨٣	١٨
٤٧.		وَإِنِ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزًا	١٢٨	١٨
٤٨.		وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ	٣٤	١٩
٤٩.		وَقَالُوا رَبَّنَا لِمَ كَتَبْتَ عَلَيْنَا الْقِتَالَ	٧٧	٥٣
٥٠.		وإذا ضربتم في الأرض فليس عليكم	١٠١-١٠٢	٨٥
٥١.		وَلَا تَتَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ	٣٢	١٣٦
٥٢.	المائدة	وَإِذَا سَمِعُوا مَا أُنْزِلَ إِلَى الرَّسُولِ	٨٣	٦٧
٥٣.		لَئِنْ بَسَطْتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقْتُلَنِي مَا أَنَا	٢٨	٧٧
٥٤.		يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا	٦	٨٤
٥٥.		وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ	٦	٨٥

رقم الصفحة	رقم الآية	الآيـــــــة	السورة	التسلسل
٨٩	٣	حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ		.٥٦
٨٩	٣	فَمَنْ اضْطُرَّ فِي مَخْمَصَةٍ غَيْرَ مُتَجَانِفٍ		.٥٧
١١٢	٥٤	يُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ		.٥٨
١٢٥	٣٩	فَمَنْ تَابَ مِنْ بَعْدِ ظُلْمِهِ		.٥٩
١٢٠	٤٤	فَلَا تَخْشَوُا النَّاسَ وَاخْشَوْنِي		.٦٠
٦٧	٨٣	وَإِذَا سَمِعُوا مَا أُنْزِلَ إِلَى الرَّسُولِ تَرَى أَعْيُنَهُمْ		.٦١
١٠٦	١٧-١٨	وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ	الأنعام	.٦٢
١١٥	١٥١	نحن نرزقكم وإياهم		.٦٣
١٠٨	٨٠-٨٢	وَحَاجَّهُ قَوْمُهُ قَالَ أَتُحَاجُّونِي		.٦٤
١٣٤	٨٢	الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ		.٦٥
٧٧	١٥٤	وَفِي نُسْخَتِهَا هُدًى وَرَحْمَةٌ لِلَّذِينَ	الأعراف	.٦٦
١١٠	٣٤	وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذَا جَاءَ		.٦٧
١٢٣	١٧٦	فَاقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ		.٦٨
١٢٣	١٨٥	أَوَلَمْ يَنْظُرُوا فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ		.٦٩
١١٠	٣٤	أينما تكونوا يدرككم الموت		.٧٠
١٦٧	٣١	وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا		.٧١
١٢٧	١٥٦	وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ فَسَأَكْتُبُهَا		.٧٢
١٣٢	٩٦	وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِمْ		.٧٣
١٣٧	٩٤	وَمَا أَرْسَلْنَا فِي قَرْيَةٍ مِنْ نَبِيٍّ إِلَّا أَخَذْنَا		.٧٤
٩٠	٦١	وَإِنْ جَنَحُوا لِلسَّلْمِ فَاجْنَحْ لَهَا	الأنفال	.٧٥
١٢١	٥٢	إِنَّ اللَّهَ قَوِيٌّ شَدِيدُ الْعِقَابِ		.٧٦
٤٣	٢٦	وَاذْكُرُوا إِذْ أَنْتُمْ قَلِيلٌ مُسْتَضْعَفُونَ		.٧٧
٤٤	٦٠	وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ		.٧٨
٤٤	٥٨	وَإِمَّا تَخَافَنَّ مِنْ قَوْمٍ خِيَانَةً		.٧٩
١٣٤	٤٤-٤٥	وَإِذْ يُرِيكُمُوهُمْ إِذِ الْتَقَيْتُمْ فِي أَعْيُنِكُمْ		.٨٠
٦٠	٤٨	وَإِذْ زَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ		.٨١
٩٠	٣٦	وَقَاتِلُوا الْمُشْرِكِينَ كَافَّةً	التوبة	.٨٢
٩٠	١	بَرَاءَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ		.٨٣
١٠٧	٥٧	قل لن يصيبنا الاماكتب الله لنا		.٨٤

التسلسل	السورة	الآيـــــــة	رقم الآية	رقم الصفحة
.٨٥		أَرَضِيتُمْ بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا مِنَ الْآخِرَةِ	٣٨	١٣٨
.٨٦		يَاأَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْمُشْرِكُونَ	٢٨	١٣١
.٨٧		وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ	٩٢	٥٤
.٨٨		وَإِنْ خِفْتُمْ عَيْلَةً فَسَوْفَ يُغْنِيكُمُ اللَّهُ	٢٨	٥٧
.٨٩	يونس	فَمَا آمَنَ لِمُوسَى إِلَّا ذُرِّيَّةٌ مِنْ قَوْمِهِ	٨٣	٤٥
.٩٠		قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَنْ تَذْهَبُوا بِهِ	١٣	٤٠
.٩١		إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ	٨٧	١٢٨
.٩٢	يوسف	هُوَ الَّذِي يُرِيكُمُ الْبَرْقَ خَوْفًا	١٢	٤٠
.٩٣		الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ	٢٨	١٣٥
.٩٤		وَالَّذِينَ يَصِلُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ	٢١	٧٢
.٩٥		وَتَرَى الْمُجْرِمِينَ يَوْمَئِذٍ مُقَرَّنِينَ فِي الْأَصْفَادِ	٤٩-٥٠	٦٥
.٩٦	إبراهيم	وَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لِرُسُلِهِمْ لَنُخْرِجَنَّكُمْ مِنْ أَرْضِنَا	١٣-١٤	٧٩
.٩٧		إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ ذُو انْتِقَامٍ	٤٧	١٢١
.٩٨	الحجر	وإن عذابي هو العذاب الأليم	٥٠	٦٣
.٩٩		قَالَ وَمَنْ يَقْنَطُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ	٥٦	١٢٨
.١٠٠		مَنْ كَفَرَ بِاللَّهِ مِنْ بَعْدِ إِيمَانِهِ إِلَّا	١٠٦	٨٣
.١٠١		وَأَقْسَمُوا بِاللَّهِ جَهْدَ أَيْمَانِهِمْ	٣٨	١١٣
.١٠٢		وَضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَرْيَةً كَانَتْ آمِنَةً مُطْمَئِنَّةً	١١٢	١٣٧
.١٠٣		وَقَالَ اللَّهُ لَا تَتَّخِذُوا إِلَهَيْنِ اثْنَيْنِ	٥١	٦١
.١٠٤		أَفَأَمِنَ الَّذِينَ مَكَرُوا السَّيِّئَاتِ أَنْ يَخْسِفَ اللَّهُ بِهِمُ	٤٥-٤٧	٦٤
.١٠٥		وَيَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ	١٠٩	٦٧
.١٠٦		وَلَوْلَا أَنْ ثَبَّتْنَاكَ لَقَدْ كِدْتَ تَرْكَنُ إِلَيْهِمْ شَيْئًا قَلِيلًا	٧٤-٧٥	١٢٢
.١٠٧	الإسراء	وَيَرْجُونَ رَحْمَتَهُ وَيَخَافُونَ عَذَابَهُ	١٥٧	٦٣
.١٠٨		وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَاقٍ	٣١	٥٧
.١٠٩		قُلْ لَوْ أَنْتُمْ تَمْلِكُونَ خَزَائِنَ رَحْمَةِ رَبِّي	١٠٠	٥٩
.١١٠	طه	قَالَا رَبَّنَا إِنَّنَا نَخَافُ أَنْ يَفْرُطَ عَلَيْنَا أَوْ أَنْ يَطْغَى	٤٥-٤٦	٤٣
.١١١		قَالُوا يَا مُوسَى إِمَّا أَنْ تُلْقِيَ	٦٥-٦٨	١٣١
.١١٢		اذْهَبَا إِلَى فِرْعَوْنَ إِنَّهُ طَغَى	٤٣-٤٤	٤٦
.١١٣		وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَى مَا مَتَّعْنَا بِهِ	١٣١	١٣٦

التسلسل	السورة	الآيـــــة	رقم الآية	رقم الصفحة
١١٤.		وَلَعَذَابُ الْآخِرَةِ أَشَدُّ وَأَبْقَى	١٢٧	٦٥
١١٥.	الأنبياء	وكم قصمنا من قرية كانت ظالمة	١١	١٢٢
١١٦.		وَمَا جَعَلْنَا لِبَشَرٍ مِنْ قَبْلِكَ الْخُلْدَ	٣٤	١٠٩
١١٧.		مَا قَدَرُوا اللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِ إِنَّ اللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ	٧٤	١٢٧
١١٨.		الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ	٣٥	٧١
١١٩.		يَاأَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمْ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ	١-٢	٥٦
١٢٠.	المؤمنون	وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوا وَقُلُوبُهُمْ	٦٠-٦١	٦٩
١٢١.	النور	فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَنْ تُرْفَعَ	٣٦-٣٧	٧٦
١٢٢.	الفرقان	وَلَا يَمْلِكُونَ لِأَنْفُسِهِمْ ضَرًّا وَلَا نَفْعًا	٣	٧٧
١٢٣.		وَقَدِمْنَا إِلَى مَا عَمِلُوا مِنْ عَمَلٍ فَجَعَلْنَاهُ هَبَاءً مَنْثُورًا	٢٣	٧٠
١٢٤.	الشعراء	فَفَرَرْتُ مِنْكُمْ لَمَّا خِفْتُكُمْ	٢١	٣٥
١٢٥.	النمل	مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ خَيْرٌ مِنْهَا وَهُمْ	٨٩	٧٩
١٢٦.		وَيَوْمَ يُنْفَخُ فِي الصُّورِ فَفَزِعَ	٨٧	٥٥
١٢٧.	القصص	فَخَرَجَ مِنْهَا خَائِفًا يَتَرَقَّبُ	٢١	١٧
١٢٨.		وَأَنْ أَلْقِ عَصَاكَ فَلَمَّا رَآهَا	٣١	٤٠
١٢٩.		وَأَوْحَيْنَا إِلَى أُمِّ مُوسَى أَنْ أَرْضِعِيهِ	٧	٤٥
١٣٠.		يَا مُوسَى أَقْبِلْ وَلَا تَخَفْ إِنَّكَ مِنَ الْآمِنِينَ	٣١	١٢٩
١٣١.		قَالَ رَبِّ إِنِّي قَتَلْتُ مِنْهُمْ نَفْسًا فَأَخَافُ أَنْ يَقْتُلُونِي	٣٣-٣٥	١٣٠
١٣٢.	العنكبوت	وَكَأَيِّنْ مِنْ دَابَّةٍ لَا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا	٦٠	١١٥
١٣٣.		فَابْتَغُوا عِنْدَ اللَّهِ الرِّزْقَ وَاعْبُدُوهُ	١٧	١١٦
١٣٤.		وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهْوٌ وَلَعِبٌ	٦٤	١٣٨
١٣٥.	الروم	ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ	٤١	٦٥
١٣٦.		اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ ثُمَّ رَزَقَكُمْ	٤٠	١١٢
١٣٧.	السجدة	تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ	١٦	٦٨
١٣٨.	الأحزاب	الَّذِينَ يُبَلِّغُونَ رِسَالَاتِ اللَّهِ وَيَخْشَوْنَهُ	٣٩	٧٧
١٣٩.		وَتَخْشَى النَّاسَ وَاللَّهُ أَحَقُّ أَنْ تَخْشَاهُ	٣٧	١١٩
١٤٠.		وَيَخْشَوْنَهُ وَلَا يَخْشَوْنَ أَحَدًا إِلَّا اللَّهَ	٣٩	١٢٠

التسلسل	السورة	الآيـــــــة	رقم الآية	رقم الصفحة
.١٤١		فَإِذَا ذَهَبَ الْخَوْفُ سَلَقُوكُمْ	١٩	١٨
.١٤٢		وَإِذْ زَاغَتْ الْأَبْصَارُ وَبَلَغَتْ الْقُلُوبُ	١٠	٣٠
.١٤٣		إِذْ جَاءُوكُمْ مِنْ فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَإِذْ زَاغَتْ	١٠	٣١
.١٤٤		وَإِذْ تَقُولُ لِلَّذِي أَنْعَمَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَأَنْعَمْتَ عَلَيْهِ	٣٨	٤٧
.١٤٥		وَمَا جَعَلَ أَدْعِيَاءَكُمْ أَبْنَاءَكُمْ ذَلِكُمْ قَوْلُكُمْ	٤-٥	٤٧
.١٤٦		لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة	٢١	١٧٩
.١٤٧	سبأ	قُلْ إِنَّ رَبِّي يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ	٣٩	١١٧
.١٤٨		فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّةَ الْأَوَّلِينَ	٤٣	٦٤
.١٤٩		أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ	٤٤	٦٤
.١٥٠		إِنَّمَا تُنْذِرُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ بِالْغَيْبِ	١٨	٧١
.١٥١		إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا	٦	٤٥
.١٥٢		إِنَّمَا تُنْذِرُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ بِالْغَيْبِ	١٨	٧١
.١٥٣		إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ	٢٨	٦١
.١٥٤		فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّةَ الْأَوَّلِينَ	٤٣	٦٤
.١٥٥	فاطر	أَوَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا	٤٤	٦٤
.١٥٦		أَلَيْسَ اللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُ	٣٦	١٠٧
.١٥٧		اللَّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ	٢٣	٦٨
.١٥٨		وَمَا قَدَرُوا اللَّهَ حَقَّ قَدْرِهِ وَالْأَرْضُ جَمِيعًا	٦٧	١٢٧
.١٥٩		قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ	٥٣	١٢٨
.١٦٠		لَهُمْ مِنْ فَوْقِهِمْ ظُلَلٌ مِنَ النَّارِ	١٦	٦٦
.١٦١		كل نفس ذائقة الموت	٣٠	١٠٩
.١٦٢		قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ	١٣	٦٥
.١٦٣	غافر	وَأَنْذِرْهُمْ يَوْمَ الْآزِفَةِ إِذِ الْقُلُوبُ لَدَى الْحَنَاجِرِ	١٨	٣٢
.١٦٤		إنما أمره إذا أراد شيئاً	١٩	١٢١
.١٦٥		وقال الذي امن يا قوم	٣٠	٦٣
.١٦٦	فصلت	وَجَعَلَ فِيهَا رَوَاسِيَ مِنْ فَوْقِهَا	١٠	١١٥

التسلسل	السورة	الآيـــــة	رقم الآية	رقم الصفحة
١٦٧.		فَأَمَّا عَادٌ فَاسْتَكْبَرُوا فِي الْأَرْضِ	١٥	١٢٢
١٦٨.	الشورى	وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ	٢٧	١١٧
١٦٩.		وَتَرَاهُمْ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا خَاشِعِينَ	٤٥	٢٩
١٧٠.	الدخان	إِنَّ شَجَرَةَ الزَّقُّومِ	٤٣-٤٩	٦٥
١٧١.	محمد	أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ	٢٤	١٢٠
١٧٢.		وَيَقُولُ الَّذِينَ آمَنُوا لَوْلَا نُزِّلَتْ سُورَةٌ	٢٠	٥٣
١٧٣.		فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلْمِ وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ	٣٥	١٣٤
١٧٤.	الفتح	قُلْ فَمَنْ يَمْلِكُ لَكُمْ مِنَ اللَّهِ شَيْئًا	١١	١٠٧
١٧٥.		هو الذي انزل السكينة في قلوب المؤمنين	٤	١٣٣
١٧٦.	ق	أَئِذَا مِتْنَا وَكُنَّا تُرَابًا ذَلِكَ رَجْعٌ بَعِيدٌ	٣	١١٣
١٧٧.		وَجَاءَتْ سَكْرَةُ الْمَوْتِ بِالْحَقِّ	١٩	٥٢
١٧٨.	الذاريات	وَتَرَكْنَا فِيهَا آيَةً لِلَّذِينَ يَخَافُونَ الْعَذَابَ الْأَلِيمَ	٣٧	٧١
١٧٩.		وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ	٢٢-٢٣	١١٥
١٨٠.		إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ	٥٨	١١٥
١٨١.		فَأَوْجَسَ مِنْهُمْ خِيفَةً	٢٨	١٣١
١٨٢.	القمر	إِنَّا أَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِي يَوْمِ	١٩-٢٠	٦٣
١٨٣.		إنا أرسلنا عليهم صيحة واحدة	٣١	٦٣
١٨٤.	الرحمن	وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّتَانِ	٤٦	٨٠
١٨٥.	الحديد	مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ	٢٢	١١٩
١٨٦.	الحشر	كَمَثَلِ الشَّيْطَانِ إِذْ قَالَ لِلْإِنْسَانِ اكْفُرْ	١٦	٦٠
١٨٧.	الجمعة	قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ	٨	٥٢
١٨٨.	الطلاق	وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا	٢-٣	١٣٣
١٨٩.	الملك	إِنَّ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ بِالْغَيْبِ	١٢	٨٠
١٩٠.	المعارج	إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا	١٩-٢١	٩٢
١٩١.		أَيَطْمَعُ كُلُّ امْرِئٍ مِنْهُمْ أَنْ يُدْخَلَ جَنَّةَ نَعِيمٍ	٣٨	١٢٦
١٩٢.	الجن	وَأَلَّوِ اسْتَقَامُوا عَلَى الطَّرِيقَةِ لَأَسْقَيْنَاهُمْ مَاءً غَدَقًا	١٦-١٧	١٣٣
١٩٣.	المدثر	كَلَّا بَلْ لَا يَخَافُونَ الْآخِرَةَ	٥٣	٦٦
١٩٤.		ثم عبس وبسر	٢٢	٣٠
١٩٥.	القيامة	وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ بَاسِرَةٌ	٢٤	٣٠

التسلسل	السورة	الآيـــــة	رقم الآية	رقم الصفحة
١٩٦.	الإنسان	إِنَّا نَخَافُ مِنْ رَبِّنَا يَوْمًا عَبُوسًا قَمْطَرِيرًا	١٠	٦٥
١٩٧.		عَيْنًا يَشْرَبُ بِهَا عِبَادُ اللَّهِ يُفَجِّرُونَهَا تَفْجِيرًا	٦-٧	٧٩
١٩٨.		إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ	٩-١٠	٦٩
١٩٩.	النازعات	إِنَّ فِي ذَلِكَ لَعِبْرَةً لِمَنْ يَخْشَى	٢٦	٧١
٢٠٠.		فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى	٢٤	٤٦
٢٠١.		وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى	٤٠-٤١	٨٠
٢٠٢.	عبس	وَوُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ	٣٨	٣٠
٢٠٣.		فَإِذَا جَاءَتِ الصَّاخَّةُ	٣٣-٣٧	٣٤
٢٠٤.	الأعلى	سَيَذَّكَّرُ مَنْ يَخْشَى	١٠-١١	٧٠
٢٠٥.	البينة	جَزَاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتُ عَدْنٍ	٨	٨٠

فهرست الأحاديث

التسلسل	طرف الحديث	الصفحة
.٣٢	إن الرفق لا يكون في شيء إلا زانه	١٧٧
.٣٣	والذي نفسي بيده أن لو تدومون على ما تكونون عندي	١٤٦
.٣٤	لا تقبل صلاة بغير طهور ولا صدقة من	٨٤
.٣٥	إن رجلاً أتاني وأنا نائم فأخذ السيف	١٤٢
.٣٦	اللهم إني أعوذ بك من زوال نعمتك	١٤٣
.٣٧	كان رسول الله ﷺ إذا رأى غيماً أو ريحاً	١٤٤
.٣٨	كان النبي ﷺ إذا عصفت الريح قال: اللهم إني أسألك	١٤٤
.٣٩	هوّن عليك فإني لست بملك	٣١
.٤٠	ما رأيت منظراً قط إلا والقبر أفظع منه	٥٥
.٤١	لا يحفر أحدكم نفسه..	٤٦
.٤٢	كلمة حق عند ذي سلطان جائر	١٤٩
.٤٣	وأكثرهم للموت ذكراً ولما بعده استعداداً	١٥٠
.٤٤	أكثر ذكر هازم اللذات	١٥٠
.٤٥	إن القبر أول منازل الآخرة	٥٥
.٤٦	كنت نهيتكم عن زيارة القبور	١٥٠
.٤٧	أيها الناس أجملوا في الطلب	١٥٢
.٤٨	الفقر تخافون؟ والذي نفسي	٥٧
.٤٩	أذن النبي صلى في في أذن الحسن بن علي	١٦٠
.٥٠	قم يا بلال فأرحنا بالصلاة	١٤١
.٥١	يا غلام إني أعلمك كلمات احفظ الله يحفظ	١٦٢
.٥٢	لا يا بنت الصديق ولكنهم الذين يصومون ويتصدقون	٧٠
.٥٣	للشهيد ستة خصال	٧٩
.٥٤	عينان لا تمسهما النار	٨٠
.٥٥	إذا فزع أحدكم في النوم، فليقل	١٤٣
.٥٦	لا يلج النار أحد بكى من خشية الله	١٤٤
.٥٧	ما أنا والدنيا، إنما أنا والدنيا كراكب	١٥١
.٥٨	إني أرى ما لا ترون، وأسمع ما لا تسمعون	١٤٥
.٥٩	والذي نفسي بيدي لتأمرن بالمعروف	٧٨
.٦٠	إن هذا الوعيد لأهل الأرض شديد	٤٢

قائمة المراجع والمصادر

ابن الأثير، علي بن محمد الجزري. **أسد الغابة في معرفة الصحابة**. تحقيق محمد البنا ومحمد عاشور ومحمود فايد. دار الشعب. د.ت.

الأحمد، آمنة حمدان .(١٩٩٦). **تربية الانفعالات النفسية رؤية قرآنية**. رسالة دكتوراه غير منشورة. جامعة القرآن الكريم للعلوم الإسلامية، كلية الدراسات العليا والبحث العلمي. السودان.

بتروفسكي، أ.ف وياروشفسكي. م.ج. **معجم علم النفس المعاصر**. ترجمة حمدي عبد الجواد وعبد السلام رضوان. القاهرة. دار العالم الجديد. ١٩٩٦م.

البخاري، محمد بن إسماعيل. **صحيح البخاري**. الرياض. بيت الأفكار الدولية. ١٩٩٨م.

البغوي، الحسين بن مسعود. **تفسير البغوي**. تحقيق خالد العك ومروان سوار. بيروت. دار المعرفة. ١٩٨٦م.

بوعلّو، الأزرق. **الإنسان والقلق**. القاهرة. سينا للنشر. ١٩٩٣م.

بيبرس، هيثم سالم .(١٩٨٨). المخاوف الشائعة لدى أطفال مرحلة ما قبل المدرسة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، كلية التربية، اربد، الأردن.

الترمذي، أبي عيسى محمد بن عيسى. **الجامع الصحيح**. بيروت. دار الفكر. ط١٩٧٨.٣ م.

التل، شادية، **علم النفس التربوي في الإسلام**. عمان. دار النفائس. ٢٠٠٥م.

توفيق، محمد عز الدين. **التأصيل الإسلامي للدراسات النفسية**. رسالة دكتوراه منشورة. كلية الآداب. الرباط. الجامعة المغربية. دار السلام. القاهرة. ١٩٩٨م.

الثعالبي، عبد الرحمن بن مخلوف. **الجواهر الحسان في تفسير القرآن**. تحقيق محمد الفاضلي. بيروت. المكتبة العصرية. د.ت.

أبو جادو، صالح محمد علي. **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**. عمان. دار المسيرة٢٠٠٠ م.

جامل، عبد الرحمن عبد السلام. **طرق التدريس العامة**. عمان. دار المناهج. ١٩٩٨م.

الجرجاني، علي بن محمد. **التعريفات**. بيروت. دار الكتب العلمية. ١٩٨٨م.

الجزائري، أبو بكر جابر **عقيدة المؤمن** بيروت المكتبة العصرية ١٩٩٩م.

الجصاص، أبي بكر أحمد بن علي **أحكام القرآن** بيروت دار الكتاب العربي. د.ت

الجقندي، عبد السلام عبدالله. **التربية المتكاملة للطفل المسلم في البيت والمدرسة**. دمشق، دار قتيبة. ٢٠٠٣م. ص١٦٣ .

ابن جماعة، بدر الدين بن إبراهيم. **تذكرة السامع والمتكلم في أدب العالم والمتعلم**. بيروت. دار الكتب العلمية. د. ت.

الحارثي، إبراهيم بن أحمد. **نحو إصلاح المدرسة في القرن الحادي والعشرين**. الرياض. مكتبة الشقري. ٢٠٠٣م.

ابن حجر العسقلاني. **فتح الباري بشرح صحيح البخاري**. الرياض. مكتبة الرشد. ٢٠٠٤م.

الحسيني، ابن حمزة الشريف إبراهيم بن محمد. **البيان والتعريف في أسباب ورود الحديث الشريف**. بيروت. المكتبة العلمية. ١٩٨٠م.

الحفني، عبد المنعم. **علم النفس في حياتنا اليومية**. القاهرة. مكتبة مدبولي. ١٩٩٥م.

الحمد، عبد الرزاق، **الرهاب الخوف الاجتماعي. على شبكة الانترنت.**

http://www.sehha.com/mentalhealth/socialphobia.htm بتاريخ ٨/١٠/٢٠٠٦ .

ابن حنبل، أحمد، **مسند الإمام أحمد.** بيروت. دار الفكر. د.ت.

حوامدة، مصطفى محمود. **التنشئة الاجتماعية في الإسلام.** اربد. دار الكندي. ١٩٩٤م.

الخازن، علي البغدادي. **لباب التأويل في معاني التنزيل.** دار الفكر. د.ت.

الخالدي، صلاح عبد الفتاح. **الحرب الأمريكية بمنظار سيد قطب.** عمان. دار العلوم. ٢٠٠٣م.

خطار، يوسف. **التربية الإيمانية والنفسية للأولاد.** سوريا. دار التقوى. ٢٠٠٣م.

ابن خلدون، عبد الرحمن بن محمد. **مقدمة ابن خلدون.** بيروت. المكتبة العصرية. تحقيق درويش الجويدي. ٢٠٠٣م.

أبو داود، سليمان بن الأشعث. **سنن أبي داود.** لبنان. بيت الأفكار الدولية. ٢٠٠٤م.

الديهي، سعد إبراهيم. **موقف الإسلام من تنشئة الطفل.** بيروت. دار الجيل. ٢٠٠٣م.

الرازي. **التفسير الكبير.**

راشد، علي. **خصائص المعلم العصري وأدواره الإشراف عليه وتدريبه.** القاهرة. دار الفكر. ٢٠٠٢م.

أبو رحيم، محمد. **كيف تطرد الخوف من الموت والمرض.** على شبكة الإنترنت بتاريخ ١٢/٦/٢٠٠٥. www.saaid.net/minut-e/m٥٥.htm

رزوق، أسعد. **موسوعة علم النفس.** مراجعة عبد الله عبد الدايم. بيروت. المؤسسة العربية للدراسات والنشر. ط٣. ١٩٨٧م.

الرفاعي، نعيم. **الصحة النفسية.** جامعة دمشق. ط٧. ١٩٨٧م.

الرملي، محمد شومان. **الخوف من الله تعالى.** السعودية. دار ابن القيم. ٢٠٠٠م.

الريماوي، محمد عود. وآخرون. **علم النفس العام**. عمان. دار المسيرة. ٢٠٠٤م.

الزبيدي، محمد مرتضى. **تاج العروس**. بيروت. دار مكتبة الحياة. د.ت.

الزحيلي. **التفسير المنير**. دمشق. دار الفكر ١٩٩١م.

الزعبلاوي، سيد محمد السيد. **تربية المراهق بين علم النفس والإسلام**. رسالة دكتوراه. منشورة. كلية الملمين. الرياض. مؤسسة الكتب الثقافية. ١٩٩٦م.

الزغول، عماد. وعلي الهنداوي. **مدخل إلى علم النفس**. العين. دار الكتاب الجامعي. ط٢. ٢٠٠٤م.

الزمخشري، محمود بن عمر. **تفسير الكشاف عن حقائق التنزيل وعيون الأقاويل**. بيروت. دار الفكر. ١٩٧٧م.

الزنتاتي، عبد الحميد. **أسس التربية الإسلامية في السنة النبوية**. ليبيا. الدار العربية للكتاب. ١٩٨٤م.

أبو زيد، مدحت عبد الحميد. **علم نفس الطفل، قلق الأطفال**. الإسكندرية. دار المعرفة الجامعية. ٢٠٠٣م.

زيعور، شفيق محمد. **الفكر التربوي عند العلموي**. بيروت. دار اقرأ. ١٩٨٦م.

الزيلعي، عثمان بن علي. **تبين الحقائق شرح كنز الدقائق**. تحقيق أحمد عزو عناية. بيروت. دار الكتب العلمية. ٢٠٠٠م.

الساموك، سعدون محمد وهدى علي الشعري. **مناهج التربية الإسلامية وأساليب تطويرها**. عمان. دار المناهج. ٢٠٠٣م.

سعادة، جودت. وعبد الله محمد إبراهيم. **المنهج المدرسي الفعال**. عمان. دار عمان. ١٩٩١م.

السعدي، عبد الرحمن ناصر. **تيسير الكريم الرحمن في تفسير كلام المنان**. بيروت. مؤسسة الرسالة. ١٩٩٦م.

السمالوطي، نبيل. **التنظيم المدرسي والتحديث التربوي**. جدة. دار الشروق. ١٩٨٦م. ص ٢٠١.

سيد، خير الله. **سكولوجية التعليم بين النظرية والتطبيق**. العربية. ١٩٨٣م.

الشربيني، زكريا. ويسريه صادق. **تنشئة الطفل وسبل الوالدين في معاملته ومواجهة مشكلاته**. القاهرة. دار الفكر العربي. ٢٠٠٠م.

الشريف، عدنان. **من علم النفس القرآني**. بيروت. دار العلم للملايين. ١٩٨٧م.

الشعرواي. **تفسير الشعراوي**. القاهرة، أخبار اليوم، د.ت.

شقير،. زينب. **الشخصية السوية والمضطربة**. القاهرة. مكتبة النهضة المصرية.

الشلول، زكريا. **أثر العقيدة في السلوك الإنساني**. عمان. دار الوضاح. ٢٠٠٥م.

شوق، محمود أحمد. **الاتجاهات الحديثة في تخطيط المناهج الدراسية في ضوء التوجيهات الإسلامية**. القاهرة. دار الفكر. ٢٠٠١م.

الشوكاني، محمد بن علي. **فتح القدير الجامع بين فني الرواية والدراية من علم التفسير**. تحقيق عبد الرزاق المهدي، بيروت، دار الكتاب العربي،١٩٩٩ م.

أبو صايمة، عائدة عبد الله. **القلق والتحصيل الدراسي**. عمان. المكتبة الوطنية. ١٩٩٥م.

طه، فرج عبد القادر. **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**. القاهرة. دار غريب. ط٢. ٢٠٠٣م.

ابن عاشور، محمد الطاهر. **تفسير التحرير والتنوير**. تونس. الدار التونسية. ١٩٨٤م.

عاقل، فاخر. **أصول علم النفس وتطبيقاته**. بيروت. دار العلم للملايين. ١٩٧٣م.

عبد الباقي، المعجم المفهرس **لألفاظ القرآن الكريم**.بيروت. دار العلم.د.ت.

عبد الحميد، جابر وسليمان الخضري الشيخ. **دراسات نفسية في الشخصية العربية**. القاهرة. عالم الكتب. ١٩٧٨م.

عبد الرحيم، عبد المجيد. **مبادئ التربية وطرق التدريس**. القاهرة. مكتبة النهضة المصرية. ١٩٧٨م. ص١٦٦ .

عبد الرزاق، صلاح عبد السميع. الأدوار الحديثة للمعلم في ظل المنهج الحديث. على شبكة المعلومات بتاريخ ٢١/١٠/٢٠٠٤ http://www.almualem.net/maga/adwear ٣٥.html.

عبد العزيز. عرفات. **إستراتيجية الإدارة في التعليم**. القاهرة. د.ن. ١٩٧٨م. ص٣٩٢ .

العبد اللطيف، عبد الحليم بن إبراهيم. **مدير المدرسة. صفاته وسماته**. السعودية. دار الكتاب السعودي. د.ت.

عبد الله، عبد الرحمن صالح. **المنهاج الدراسي رؤية إسلامية**. عمان. دار الياقوت. ٢٠٠٠م. ص٣١ .

ـــــــــــــ. **المنهاج الدراسي أسسه وصلته بالنظرية التربوية الإسلامية**. الرياض. مركز الملك فيصل للبحوث والدراسات الإسلامية. ١٩٨٥م.

عثمان، محمد. **أساليب التقويم التربوي**. عمان. دار أسامة. ٢٠٠٥م.

العريفي، ناديا محمد. **الأسرة وبرمجية التفكير الايجابي لدى الطفل**. د.ت. د.ن.

ابن عطية، عبد الحق بن غالب. **المحرر الوجيز**. بيروت. دار الكتب العلمية. ١٩٩٣م.

العيسوي، عبد الرحمن. **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**.

الغزالي، أبو حامد محمد بن محمد. **إحياء علوم الدين**. بيروت. دار المعرفة. د.ت.

فراير، هنري.سباركس. **علم النفس العام**. ترجمة إبراهيم يوسف المنصور. مطبعة جامعة بغداد، ط٣. ١٩٨١م.

فرويد، سيجموند. **الكف والعرض والقلق**. ترجمة محمد عثمان نجافي. بيروت. دار الشروق، ١٩٨٣م.

فهمي، مصطفى. **الدوافع النفسية**. القاهرة. مكتبة مصر. د.ت.

ـــــــــــــ. **الصحة النفسية**. دراسات في سيكولوجية التكيف. القاهرة. مكتبة الخانجي. ط١٩٩٥.٣ م.

القاسمي، محمد جمال الدين. **محاسن التأويل**. تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي. بيروت: مؤسسة التاريخ العربي. ١٩٩٤م.

ابن قدامة المقدسي، **المغني**. الرياض. مكتبة الرياض الحديثة. ١٩٨١م.

ـــــــــــــ. **الشرح الكبير**. الرياض. د.ن، د.ت.

القرضاوي، يوسف. **الإيمان والحياة**. بيروت. مؤسسة الرسالة. ط٤. ١٩٧٩م.

القرطبي، محمد بن أحمد. **الجامع لأحكام القرآن**. بيروت. دار الكتب العلمية. ١٩٩٣م.

قطب، سيد. **في ظلال القرآن**.القاهرة.دار الشروق.ط١٧. ١٩٩٢.

القوصي، عبد العزيز. **أسس الصحة النفسية**. القاهرة. مكتبة النهضة المصرية د.ت.

القونوي، إسماعيل بن محمد. **حاشية القونوي على تفسير البيضاوي**.بيروت.دار الكتب العلمية ٢٠٠١.

ابن قيم الجوزية، أبي عبد الله بن محمد بن أبي بكر. **مدارج السالكين بين منازل إياك نعبد وإياك نستعين**. بيروت. دار الكتب العلمية. ٢٠٠٤م.

ـــــــــــــ، **الفوائد**. القاهرة. دار الريان للتراث .د.ت.

كاربنتر، جون. **مدير المدرسة ودوره في تطوير التعليم**. ترجمة عبد الله أحمد شحاتة. القاهرة: إيتراك للنشر. ٢٠٠١م.

الكاساني، علاء الدين أبي بكر. **بدائع الصنائع**. بيروت. دار الكتب العلمية. ط٢. ١٩٨٦م.

كامل، سهير أحمد. **أسس تربية الطفل بين النظرية والتطبيق**. القاهرة. دار المعرفة. ٢٠٠٠م.

ــــــــــــ. **تنشئة الطفل وحاجاته**. الإسكندرية. مركز الإسكندرية للكتاب. ٢٠٠٢م.

ابن كثير، أبي الفداء، **البداية والنهاية**. تحقيق أحمد عبد الوهاب. القاهرة. دار الحديث. ١٩٩٤م.

ابن ماجه، محمد بن يزيد القزويني. **سنن ابن ماجة**. د.ن، د.ت.

المالح، حسان. **الخوف الاجتماعي الخجل**. جدة. دار المنارة. ١٩٩٣م.

مالك، بن أنس. **الموطأ**. أبو ظبي. مؤسسة النداء. ٢٠٠٤م.

المباركفوري، محمد عبد الرحمن. **تحفة الأحوذي بشرح جامع الترمذي**. دار الفكر. ط٣. ١٣٩٩هـ- ١٩٧٩م.

محفوظ، محمد. **التربية الإسلامية للطفل المراهق**. القاهرة. دار الاعتصام. ١٩٧٦م.

محمد عودة، وكمال إبراهيم مرسي. **الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام**. الكويت. دار العلم. ط٣. ص٢٦٤ .

محمد، محمد جاسم. **سيكولوجية الإدارة التعليمية**. عمان. دار الثقافة. ٢٠٠٤م.

مراد، يحيى حسن علي. **آداب العالم والمتعلم عند المفكرين بين المسلمين**. بيروت. دار الكتب العلمية. ٢٠٠٣م.

المراغي، أحمد مصطفى. **تفسير المراغي**. بيروت. دار إحياء التراث العربي. ط٣. ١٩٧٤م.

مرسي، محمد سعيد. **فن تربية الأولاد في الإسلام**. القاهرة. دار التوزيع والنشر الإسلامي. ٢٠٠٠م.

مسفر، الزهراني. **التوجيه والإرشاد النفسي من القران الكريم والسنة النبوية**. مكتبة الملك فهد الوطنية. الرياض. ١٤٢١هـ-١٩٩٩م.

ابن مسكويه، أبو علي أحمد بن محمد. **تهذيب الأخلاق وتطهير الأعراق**. بيروت. دار مكتبة الحياة. ط٢. د.ت.

مسلم، إبراهيم أحمد. **الجديد في أساليب التدريس**. عمان. دار البشير. ١٩٩٤م.

مسلم، أبي الحسين. مسلم بن الحجاج. **صحيح مسلم**. بيروت. دار الأرقم بن أبي الأرقم. ١٩٩٩م.

مصطفى، غالب. **تغلب على الخجل**. بيروت. مكتبة الهلال. ١٩٨٤م.

المكي، محمد بن علي بن عطية. **قوت القلوب في معاملة المحبوب**. بيروت. دار الكتب العلمية. ١٩٩٧م.

ملابار، عبد المنان. بعض ملامح السمات الوجدانية النفسية في ضوء القرآن الكريم والسنة النبوية المطهرة. **مجلة جامعة أم القرى للبحوث العلمية**. مكة المكرمة. المملكة العربية السعودية. العدد١١. السنة١٩٩٥ م.

منصور، علي ناصف. **التاج الجامع للأصول في أحاديث الرسول**. مصر. دار الحكمة. ١٩٧٥م.

ابن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم. **لسان العرب**. بيروت. دار صادر. د.ت. مجلد٩ .

موسى، فؤاد محمد. **علم مناهج التربية في المنظور الإسلامي**. مصر. دار الإسراء. ٢٠٠٤م.

موكو، جورج. **التربية الوجدانية والمزاجية للطفل**. ترجمة منير العصرة ونظمي لوقا. القاهرة. دار المعرفة. ١٩٧٨م. ص١٢ .

نجاتي، محمد عثمان. **القرآن وعلم النفس**. دار الشروق. القاهرة. ١٩٨٢م.

ــــــــــــ. **الحديث النبوي وعلم النفس**. دار الشروق. القاهرة. ١٩٨٩م.

نشواتي، عبد المجيد. **علم النفس التربوي**. عمان. دار الفرقان. ط٤.٢٠٠٣ م. ص١٨٨ .

النووي، محي الدين بن شرف. **شرح النووي على صحيح مسلم**. الرياض. مكتبة الرشد. ٢٠٠٤م.

الهادي، محمد زين. **علم نفس الدعوة**. القاهرة. الدار المصرية اللبنانية. ١٩٩٥م.

الهاشمي، عبد الحميد محمد. **أصول علم النفس العام**. جدة. دار الشروق. ط٢. ١٩٨٧م.

هول، كالفن – س، **مبادئ علم النفس الفرويدي**. ترجمة دحام الكيال. بغداد. مكتبة النهضة. ط٢. ١٩٧٢م.

يعقوب، محمد حسين. **غرس العقيدة في الطفل على شبكة المعلومات**. بتاريخ، ٢٠٠٥/١١/١٣، http://www.yaqob.com/site/socs/articls.

Abstract

Al-Shwaitte, Amneh Khaleel. Fear From Educational Islamic perspective. Master Study, Yarmouk University "٢٠٠٦".

Supervisors: Dr. Ala' Al Deen Rahal, Prof. Shadia Al – Tal

The purpose of this study was to identify the nature of fear within the Islamic education. This was done by identifying the concept of fear in Islamic thinking, its characteristics, types and levels. The study also attempted to identify methods used by Q'uran and Suna in controlling fear. In addition, the study aimed at clarifying the role played by both family and school in controlling fear.

The researcher divided the study into four chapters, each consisting of different subjects :

- The first chapter addressed fear: its concepts, syndromes, types and levels.
- The second chapter addressed the importance of fear, its effects on Fiqih judgments and legislations, factors affecting fear.
- The third chapter addressed the Islamic method used to control fear, then clarifying the role of family and school in controlling fear.

The researcher used descriptive, analytical mythology. The study results are summarized as following:

- Fear refers to an innate, emotional state stimulated by certain situations to prevent danger and is accompanied by physiological changes.
- Fear has certain syndromes appearing on the body of the person: eyes movements, color of skin, and trembling of the body. Fear has internal syndromes such as changes in heart rate, changes in respiration, blood pressure, in addition to some behavioral changes.
- Fear has levels ranging from normal fear to phobias.
- Fear is connected with some factors such as innate, genetics, environmental and political factors.
- Fear has great importance in human lives in general, and true Muslim in particular. This importance is obvious when pushing human to avoid dangerous threats to human life, in addition the great importance demonstrated by fearing God, fear God punishment, leading the good Muslim to do the good things. Fear effects are demonstrated in lots of Fiqih legislations
- In controlling fear, Islam is based on an important principle: planting faith and moral Islamic values in the Muslim soul, in addition to planting trust and security in Muslim soul
- Family plays an important role in controlling fear at youngsters by planting faith values in their souls and

satisfying the physical and psychological needs, in addition to considering the psychological basis when performing rewards and punishment with these youngsters.

- School plays an important role in controlling fear at students by providing teachers characterized by emotional balance, able to perform the instructional process with the highest standards. The school also provide a suitable curricula taking into consideration the emotion of fear at students, in addition to providing successful administration able to afford student safe learning environment.

Key Words:

Fear, Emotion, Islamic, Education